

INHALTSVERZEICHNIS

FRÜHLING:

1)
花開萬國春
HANA WA HIKARU
BANKOKU NO HARU
Eine einzige Blume blüht
und in der ganzen Welt
ist es Frühling
Seite: 5

2)
花開蝶自来
HANA HIRAITTE CHŌ
ONozUKARA KITARU
Wenn die Blumen
erblühen, dann kommt
der Schmetterling von
alleine
Seite: 10

3) Doppelvers:
春色無高下
SHUN SHOKU KOGE
NAKU
In den Frühlings Farben
gibt es weder hoch noch
tief
Seite: 15

4)
花枝自短長
KASHI ONozUKARA
TANCHŌ
Blühende Äste, einige
lang, einige kurz
Seite: 16

SOMMER:

5.)
薰風自南来
KUNPŪ MINAMI YORI
KITARU
Eine duftende Briesse
kommt vom Süden
Seite: 20

6)
竹為君葉々起清風
TAKE KIMI GA TAME NI
YŌYŌ SEIFŪ O OKOSU
Für dich kommt die
klaren Wind in den
Bambus Blättern auf
Seite: 24

7 & 8) Doppelvers:
行到水窮處
YUITE WA ITARU MIZU
NO KIWAMARU TOKORO
Laufend erreiche ich die
Quelle des Wassers
坐看雲起時
ZASHITE WA MIRU
KUMO NO OKORU TOKI
Sitzend sehe ich die
Wolken sich formend
Seite: 27

HERBST:

9)
掬水月在手
MIZU KIKUSUREBA
TSUKI TE NI ARI
Schöpfe das Wasser und
der Mond ist in meinen
Händen
Seite: 33

10)
躰露金風
TAIRŌ KINPŪ
Vollkommen den
goldenen Wind
manifestieren
Seite: 36

11)
開門落葉多
MON O HIRAKEBA
RAKUYO ŌSHI
Die Türe öffnend – die
Herbstblätter haben sich
hoch angesammelt
Seite: 42

WINTER:

12)
寒林帶夕陽
KANRIN SEKIYŌ O
OBIRU
Die Nachmittagssonne
umarmt die winterlichen
Wälder
Seite: 46

13)
雪不落別處
YUKI BESSHO NI
OCHIZU
Jede Schnellflocken fällt
auf ihren Ort
Seite: 49

14)
松樹千年翠
SHŌJU SENNEN NO
MIDORI
Der Pinien Baum ist für
ein tausend Jahre grün
Seite: 53

ALLGEMEINE:

15)

日々是好日

NICHI NICHI KORE
KŌJITSU

Jeder Tag ist ein guter
Tag

Seite: 57

16 & 17) Doppelvers:

徐行踏断流水声

OMOMURU NI YUITE
TŌDAN SU RYŪSUI NO
KOE

Dahin wandernd schreite
ich mit dem Geräusch
des fließenden Wassers

縦観寫出飛禽跡

HOSHIMAMA NI MITE
UTSUSHI DASU HIKIN
NO ATO

Meine Sicht, sich frei
bewegend, legt sich auf
die Spur der fliegenden
Vögel

Seite: 63

18)

壽山萬丈高

JUSAN BANJŌ TAKASHI

Ein Berg der
Glückseligkeit zehn
Weiten hoch

Seite: 67

19)

福寿海無量

FUKUJU KAI MU RYŌ
Glück und langes Leben
so viel, wie der Ozean
tief ist

Seite: 71

20)

獨坐大雄峯

DOKU ZA DAIYŪHŌ
Alleine auf dem Daiyuhō
Gipfel sitzen

Seite: 74

21)

曹源一滴水

SOGEN ITTEKI SUI
Ein Tropfen Wasser von
Sogen

Seite: 80

22)

直心是道場

JIKISHIN KORE DŌJŌ
Der gerade Geist ist der
Ort der Übung

Seite: 86

23)

歩々是道場

HOHO KORE DŌJŌ
Jeder Schritt ist der Ort
der Übung

Seite: 87

24)

歩々起こ清風

HO HO SEIFŪ O OKOSU
Klarer Wind kommt bei
jedem Schritt auf

Seite: 88

25)

萬里一条鐵

BANRI ICHI JŌ NO
TETSU
Ein Stab Eisen für zehn
Tausend Metern

Seite: 91

26)

本来無一物

HONRAI MU ICHI MOTSU
Von Anbeginn existiert
kein einziges Ding

Seite: 95

27)

虛心是我師

KYOSHIN KORE WAGA
SHI
Der klare Geist ist der
wahre Meister

Seite: 101

28)

寂然不動

JAKUNEN FU DŌ
Klar - unbeweglich

Seite: 106

29)

坐水月道場

SUIGETSU DŌJŌ NI
ZASU

Im Mond Wasser Dojo
sitzen

Seite: 110

30)

修空草萬行

KUGE MANGYO O SHUSU
Leere Blumen unendliche
Manifestationen

Seite: 114

**1. HANA WA HIKARU
BANKOKU NO HARU
Eine einzige Blume
blüht und in der
ganzen Welt ist es
Frühling**

Die Verbindung zwischen Blumen und Menschen ist nicht etwas, was wir trennen können. Blumen in der Nähe zu haben bringt Friede in unseren Herzen. Blumen geben uns immer ein Gefühl von weiter Fülle. Wir können uns nicht vorstellen, wie es ist, in einem Ort zu leben, der so eintönig ist und wo es keine Blumen gäbe. Eine einzige Blume bringt Frieden in unsere Herzen, mit nur einer Blume wird unser Leben voller und wir fühlen uns erleichtert.

Die Botaniker sagen, dass die ersten Blumen, die im Frühjahr blühen, die weißen sind. Danach kommen die Gelben und wenn das Wetter wärmer wird, dann werden die Farben immer lebendiger. In der großen Sommerhitze blühen die Blumen in

starken Farben sich dem hellen Licht der Sonne anpassend. Dann im Herbst fallen alle Blüten, bis nur noch die wilde Bergkamelie zurück bleibt. Inmitten so vieler grünen Blättern ist das tiefe Rot dieser Blume sehr beeindruckend.

Natürlich ist unser Erleben der Entwicklung der Blütenfarben anders an jedem Ort und zu jeder Zeit im Jahr. Doch während eines ganzen Jahres, so sagen die Botaniker, zeigen die Blumen diese Art des Wechsels. Während eines Jahres schmücken und beeinflussen verschiedene Blumen durch ihrer Schönheit unser Leben. Doch in Japan, wenn jemand das Wort Blüte nennt, dann ruft es sofort die Vorstellung der Kirschblüte hervor.

Eine einzige Blume
Und in der ganzen Welt
ist Frühling

Blume bedeutet hier egal welche Blume, die im Frühjahr blüht,

doch es bezieht sich genauer auf die Kirschblüte. In Zen bezieht sich der Gebrauch des Wortes Blume auf den Buddha. Als der Buddha auf dem VULTURE PEAK war, lehrte er für acht Jahre ohne Unterlass das Lotus Sutra, das größte Sutra unter all den Sutren. Der Buddha lehrte es, als er am reifsten war, dieses Sutra lehrt die Wahrheit des Buddha Dharma.

Als der Buddha dieses Sutra lehrte, gab *Daibonten* mit tiefer Ehrwürde, eine Blume und bat um eine Lehrrede. Was für eine Blume ist dieses? Es ist nicht klar, was für eine Blume es genau ist, doch der direkte übersetzte Name dieser Blume bedeutet „goldene Welle“. Es ist wahrscheinlich eine Kürbisblume oder eine andere gelbe Blume. Wir können uns vorstellen, wie hell scheinend das Gold-gelb dieser Blume war. Als der Buddha auf die hohe Plattform an diesem Tag stieg,

nahmen alle an, dass er wie gewöhnlich eine Rede halten würde. Doch der Buddha sprach kein einziges Wort. Schweigend hielt er die Blume vor allen hoch. Weil niemand wusste, was der Buddha tat, waren alle ruhig. Nur der etwas ältere *Maka Kasho Sonja* lächelte. Da sagte der Buddha: „Ich habe das wahre Dharma Auge, den wunderbaren Geist des Nirvanas, die wahre Form des Formlosens und das subtile Dharma Tor, unabhängig von Worten und übertragen jenseits der Doktrin. Ich habe es hiermit *Maha Kashyapa* übertragen.“

Das tiefe Verstehen der Wahrheit des Buddhas wurde von *Maka Kasho Sonja* wiedergespiegelt, und das tiefe Verstehen von *Kasho Sonja* wurde bestätigt. Es wird gesagt, dass hier die Weitergabe des Dharmas ihren Anfang hat. Das, was keine Form hat, ist die wahre Essenz des Geistes. Durch das

Erwachen zu dem wahren Geist, können wir allen Menschen Frieden bringen. Dieses ist ein Erwachen zu dem weiten alles umarmenden Geist, ein warmer, weiter Geist. Zu diesem Geist zu erwachen ist zu dem Dharma zu erwachen. In diesem Sinne wird das Erwachen des Buddhas mit einer Blume verglichen.

Es wird gesagt, dass der Buddha am achten April geboren wurde. Zu einer Jahreszeit, da die Blumen nur so vor sprießen. Es wird gesagt, daß er unter einem Baum, der in voller Blüte war, in Lumbini geboren wurde. Zu jenem Moment sagte er: „In Himmel und Erde, nur ich bin heilig.“ Hierbei sprach er von der menschlichen Würde als der größte Schatz.

Der Buddha erlebte Erleuchtung am achten Dezember unter dem Bodhi Baum in der Nähe des *Nirinzen*

Flusses, bei *Gaya*. Der Buddha sah den Morgenstern und wurde tief erwacht. Es wird gesagt, dass er zu jenem Zeitpunkt sagte: „Wie wunderbar! Wie wunderbar! Alle Dinge sind mit dem gleichen alles umarmenden Geist erfüllt, zu welchem ich gerade erwacht bin.“ Für 49 Jahre lehrte der Buddha diese Wahrheit, die tief erlebte Wahrheit des tiefen, wahren, klaren Geistes der Menschen. In dem ganzen Land verbreitete er diese Lehre, dass jede einzelne Person die Möglichkeit hat, genau diese gleiche Erleuchtung zu erleben, und dass dieses der Grund unseres Lebens sei – diese Gelegenheit zu erwachen ist der tiefste Wert des Lebens. Eine Blume blüht und man erwacht zu der Wahrheit, dieses lehrte er.

All die 5048 Lehren des Buddhas waren diese Essenz. Als er die Blume nach vorne hielt und *Maka Kasho*

lächelte, begann die Weiterreichung der Lehre an so viele Menschen. In Einklang mit der Lehre des Buddhas wurde bezeugt, dass diese Freude der Menschen großen Wert habe.

Dann im hohen Alter von 80 Jahren, am 15. Februar, im Schatten der *Sala* Bäume sagte der Buddha: „Ich habe alle gelehrt, die ich lehren konnte, so dass wir die wahre Bedeutung unseres Lebens begreifen können. Jetzt komme ich zum Ende. Dieses Erwachen zu realisieren bedeutet, dem Erblühen unserer Existenz Leben zu schenken.“

Unter Blumen geboren, unter Blumen erleuchtet, unter Blumen strebend, bis zu seinem letzten sehr friedvollem Atemzug, machte der Buddha die große Natur zu seinem Geist, und seine alles umarmende Lebensenergie war eins mit der großen Natur. Alles mit der großen Natur ein atmend - der

Buddha selbst war die Quelle der Großen Natur.

Jede Erleuchtung einer Person bringt allen Menschen Freude. Jede Person, die ein Gelübde macht dieses zu erleben, bringt viel Freude und Glück für unzählbare Menschen hervor. Möge dieses von allen Menschen direkt erlebt werden.

2.

花開蝶自来

**HANA HIRAITE CHŌ
ONOUKARA KITARU**

**Wenn die Blumen
erblühen,
dann kommt der
Schmetterling von
alleine**

In einem Gedicht schrieb
Ryokan:

Die Blume lädt den
Schmetterling mit Nicht-
Geist ein;

Der Schmetterling
besucht die Blume mit
Nicht-Geist;

Die Knospe öffnet sich,
der Schmetterling
kommt;

Der Schmetterling
kommt, die Knospe
öffnet sich.

Ich kenne andere nicht,
andere kennen mich
nicht.

Doch Nicht Wissend
folgen wir den Wegen
der Natur.

Die Blumen, die in
der Wärme des Frühlings
erblühen, blühen nicht
für den Schmetterling.
Wenn die Zeit reif ist,
dann blühen die Blumen

ohne darüber nach zu denken. Auch wurde der Schmetterling nicht geboren, weil es die Blume gibt. Doch ganz natürlich, um die Zeit, wenn die Blume erblüht, entsprechend der Notwendigkeit, fliegt der Schmetterling von Blüte zu Blüte, den Pollen von einer zur nächsten tragend.

Die Knospe öffnet sich,
der Schmetterling
kommt.

Der Schmetterling
kommt, die Blume öffnet
sich.

Die Blume blüht genauso wie der Schmetterling sich seine Nahrung sucht. Der Schmetterling kommt, um den Nektar heraus zu saugen, genauso wie die Blüte bestäubt werden will. Dank des Schmetterlings können die Blumen weiterhin existieren und sich vervielfältigen. Auf der gleichen Weise kenne ich andere nicht,

andere kennen mich nicht.

Wir fragen uns, warum wir mit jener Person zusammen treffen, oder warum wir uns mit anderen angefreundet haben. Es gibt so viele Menschen und so viele Orte auf der Welt, warum leben wir hier und kennen diese bestimmten Personen? Wir machen uns über unsere Beziehungen Gedanken und sehen, wie mysteriös es ist. Es ist nicht eine Mission Gottes, und wir haben auch nicht unser Leben entsprechend einer Gleichung geschaffen. Und doch nehmen wir die Hände anderer und helfen einander, und so kommt Harmonie hervor. Wir fragen uns: Ist dieses eine Botschaft Gottes, der alles kreierte hat?

Natürlich lehrt das Buddha Dharma keine Bestimmung. Das was natürlich ist, ist kein kleines Los sondern eine weite, alles spontan umarmende Begegnung.

Ryokan benutzt die Worte: „Weg der Natur“. Buddhismus hält sich nicht an die Gesetze eines Gottes, der alles geschaffen hat, der Himmel und Erde geschaffen hat. Dieses ist die hervorragende Weise von *Ryokan*, es rund und subtil zu sagen. In Buddhismus sagen wir auch: „Entsprechen des Gesetzes von Ursache und Wirkung“.

Die Bekanntschaften zwischen den Menschen sind genau so wie die des Schmetterlings und der Blume und wie alles in der Natur. Sie werden nicht von einem Gott beherrscht. Doch begegnen wir Menschen aus einem Grund. Da ist ein unsichtbarer Faden von karmischen Beziehungen, der uns mit einander verbindet. Wir verstehen diese karmische Verbindung zum ersten Mal, wenn: „Durch Nicht-Wissen folgen wir den Weg der Natur“. Dieses sind die Worte von *Ryokan*, so

wie er es sagte. Es liegt etwas mystisches in den Begegnungen und Treffen, doch wir können nicht da stehen bleiben, wo wir nur die Mystik sehen. Wir müssen diese karmische Verbindung als wichtig ehren, sie nähren, ihr Leben geben und sie zur vollen Reife bringen. Das ist die Bedeutung des Gedichtes.

Okakura Tenshin sagte, dass der Geist der Teezeremonie folgendes sei: „Einen einfachen Geruch in etwas Verbogenem, in etwas Zerbrochenem, dort die Schönheit der Vollkommenheit finden“. Das heißt nicht, dass man mit Absicht etwas Zerbrochenes oder Verbogenes sucht, sondern dass man all den Dingen, mit denen wir karmische Verbindungen haben, Leben geben und zur Reife führen, ohne dabei etwas zu verschwenden oder etwas unnötig fort zu werfen. Es gibt nichts, was nicht irgendwie genutzt werden könnte

oder das so arm ist, dass man ihm nicht Leben schenken könne. In allen Dingen liegt die Wahrheit und das Leben. Die Weisheit zu wissen, wie alles zu nutzen ist, das ist das Buddha Dharma.

In der Linie der Teezeremonie Meister gibt es einen Meister mit dem Namen *Sotan*. *Sotan* hatte einen guten Freund, der Priester war. Dieser Priester nahm eine ungewöhnliche weiße Kamelie und gab sie einem jungen Mönch mit der Bitte, diese *Sotan* zu geben. Dieser Mönch war noch jung und hatte noch kein Gespür für die Blumen oder für Teezeremonie, und er spielte auf dem Weg und die Blume fiel vom Stengel. Da er jedoch ehrlich war, übergab er den Stengel und die Blume *Sotan* und entschuldigte sich dafür.

Als *Sotan* die Blume nahm, wie nahm er sie entgegen? Er sagte, dass ein Stengel ohne Blume nicht zu gebrauchen sei, genau

so wenig wie eine Blume ohne Stengel. Wenn man die Blume wegwirft, dann ist sie wertlos, doch kann man sie auch nicht wieder an den Stengel heften. Er lud den Priester zu einer Teezeremonie ein. Und wie benutze er diese Blume? Als der Priester in den Teeraum kam, sah er in der Hauptnische eine Vase mit dem Stengel ohne Blüte jedoch, und direkt darunter auf dem Boden lag die Blüte, als ob ganz natürlich und schön dort hin gefallen.

Kamelien fallen leicht vom Stengel, und die Blüten auf dem engen Bergpfad erzeugen ein tiefes Gefühl. Er benutzte den Stengel ohne Blüte, die abgefallene Blüte, die Überreichung durch den jungen Mönch, und die große Ehre des Priesters – *Sotan* gab allem Leben. In dem Sinne, wie er es tat, brachte er den wahren Weg eines Meisters des Weges zum Ausdruck. Er kannte den

Weg des Buddhismus und gab ihm Leben.

Das Treffen des Schmetterlings und der Blume, das Treffen von zwei Personen, dort liegt unsere karmische Verbundenheit. Wir müssen Leben geben, und dabei benötigen wir unsere Weisheit.

3.
春色無高下
SHUN SHOKU KOGE
NAKU
In den Frühlings
Farben gibt es weder
hoch noch tief

Im Frühjahr, im März, schmilzt das Eis und der Griff der Kälte wird lockerer. Im warmen Sonnenlicht blühen die Pflaumenblüten blühen und die Blüten der Aprikosen. In allen Richtungen sind die Zeichen des Frühlings offensichtlich, eines nach dem nächsten. Die Insekten fliegen, die Süße der Blumen suchend, und die Vögel singen. Alles, was den harten Winter stand gehalten hat, bringt jetzt große Freude zum Ausdruck.

In einem alten Gedicht heißt es:

Ohne Geräusch,
Ohne Duft,
der Regen, die Erde,
ohne an zu halten,
heute so wie eh und je
weiter führend...

4.
花枝自短長
KASHI ONOZUKARA
TANCHŌ
Blühende Äste, einige
lang, einige kurz

...das ist der große Weg der Natur, das alles umarmende Sutra. In diesem Sutra der großen Natur finden wir die Wahrheit, und wir können es direkt erleben. Wie die Blumen des Frühlings und das Zwitschern der Vögel und der warme Wind uns umarmt, wir erleben es, als ob es der Himmel sei.

Doch jeder von uns hat Erfahrungen und Erinnerungen, dualistische Wahrnehmung und Ideen. All diese werden zu einem Teil von unserer nach außen gerichteten Wahrnehmung, so dass unsere Sichtweise der Natur immer durch unser eingeschränktes Bewußtsein beengt ist. Wir können versuchen, die große Natur zu beschreiben und zu erklären, doch es direkt

ohne Hindernisse anzunehmen ist äußerst schwer für uns.

Das Buddha Dharma ist das Loslassen dieser Erfahrungen und dieses Wissens. Dieser Geist frei von jeglichen Flecken des mentalen Verstehens und Dualismus, der die Dinge direkt sehen kann, so wie sie sind, dieser Geist ist wichtig. Wenn diese Flecken des mentalen Verstehens los gelassen werden, wenn wir diese unnötigen Gedanken loslassen und die Dinge genau so sehen, wie sie sind, dann ist alles, was wir sehen, schön und neu und wahr. Das ist selbst verständlich.

Wenn jemand das Buddha Dharma tief verstanden hat, egal was man begegnet, alles ist Buddha, so wie es ist. Es gibt nichts, was nicht Wahrheit ist.

Wenn wir etwas sehen und es nicht als Wahrheit erkennen können, dann liegt der Fehler nicht bei diesem Ding. Es sind die Augen

des Betrachters, die nicht wahr sind, mit zu vielen Erklärungen und überlegende Gedanken die Sicht verklärend.

Wir öffnen unseren Geist durch das Üben des Zazens und lassen alle voreingenommenen und unnötige Gedanken los, und dann sehen wir mit einem direkten, einfachen Bewußtsein. Wenn wir so sehen, dann gibt es keinen Unterschied mehr zwischen dem, der sieht und das, was gesehen wird. Keine Erklärungen oder Ideen können dann dem Gesehenen hinzu gefügt werden. Was wir sehen ist unsere Lebensenergie. Dabei halten wir nicht an voreingenommene, subjektive Ideen fest, und somit passen wir vollkommen zu dem, was wir sehen, und dort kommen die Welt und die Wahrheit ganz spontan gleichzeitig hervor. Wenn wir keine subjektiven Einstellungen und voreingenommene

Vorstellungen haben, dann haben wir keine Haltung einer persönlichen Sichtweise, kein kleines Ich. Die objektive und die äußere Welt werden wahr genommen und genau so werden sie angenommen, eins und ohne Trennung. Dieser Geist des vollkommenen Nichts frei von jeglichen mentalen Assoziierens trifft direkt auf diese Welt, und dort ist nur diese Einheit. Was wir sehen und was wir hören ist alles Wahrheit. Es gibt nichts, was nicht Buddha wäre.

Von Anbeginn haben wir einen Geist, der klar wie ein Spiegel ist. Dieses direkt und vollkommen zu verstehen ist Satori. Dieser leere Spiegel bringt die verschiedensten Assoziationen in bestimmten Situationen hervor. Wenn wir vollkommen diese Leere werden, dann wird die Welt klar und leer dort neu geboren. Dann, egal auf was wir auch treffen,

wir werden es vollkommen und direkt. Dieses ist wichtig für uns. Es ist der subtile Geschmack des Zazens, und es ist der Geist Buddhas oder Gottes. Wenn wir Dinge von diesem Ort her sehen, dann sehen wir, dass die südlichen Äste des Baumes lang sind und die nördlichen Äste kürzer sind, obwohl die gleiche Wärme des Frühljahrs sie berührt.

In den Frühlingsfarben gibt es weder hoch noch tief

Blühende Äste, einige lang, einige kurz

Das ist die Wahrheit. Lang ist nicht absolut, und kurz bedeutet nicht, dass etwas fehlt. Wir müssen alles auch so in der Gesellschaft sehen. Wenn wir mit einer älteren Person zusammen kommen, dann werden wir diese ältere Person und können sagen: „Ja, es ist wirklich so schwer und

einsam.“ Wenn ein Kind kommt, dann spielen wir mit ihm wie mit einem Kind. Wenn eine kranke Person kommt, dann sagen wir: „Wie schmerzhaft es sein muß. Es ist so schwer! Kann ich Deinen Rücken massieren? Wie wäre es mit dieser Medizin?“ Wenn eine arme Person kommt, dann fragen wir: „Es ist so kalt. Kann ich dir etwas Kleidung oder Essen oder etwas Geld geben?“ Wir werden diesen Geisteszustand ganz natürlich, wenn wir diesen Spiegel des Geistes kennen, dann kennen wir den Geist Buddhas oder Gottes.

Wir sehen eine Pinie und werden zur Pinie. Wir sehen eine Blume und werden zur Blume. Genauso steht es um den Berg, den Fluß – wir werden zu dem, was wir sehen. Das ist der einfache und klare und direkte Geist. Was wir sehen und das, was sieht ist das Gleiche. Wir müssen dieses ganz klar

zum Ausdruck bringen, und von dort kommen Gedichte auf genauso wie verschiedene Künste und Handwerke. Von dort kommt die Energie, kreativ zu sein. Von dort kommt der reinste Weg des Sehens hervor, und dort lebt das Buddha Dharma.

5.
薰風自南来
KUNPŪ MINAMI YORI
KITARU
Eine duftende Briese
kommt vom Süden

Der Wind, der von den grünen Wäldern her weht, ist frisch und kühl. In der Hitze des Sommers wird der Wind, der von einem schattigen Ort her weht, duftend genannt. In Japan könnte ein duftender Wind auch ein leichtes Wehen aus dem Süden her sein. Der Wind aus dem Norden ist meistens stark und robust, genauso wie der Wind aus dem Westen. Die Briese aus dem Süden kommend ist leicht und weich und Kraft spendend.

Eine duftende Briese kommt vom Süden her
In dem Pavillion des Palastes herrscht eine erfrischende Kühle

Der Wind, der von einem schattigen Ort her weht, ist weit und sich

ausdehnend. Er ist erfrischend und befreiend und beruhigend für unseren Körper und Geist. Diese Worte wurden von *Ryu Ko Ken* in der *Tang* Dynastie geschrieben und beschreiben die Natur. Sie handeln von der wahren Natur und von den Jahreszeiten, doch auch den Geist des Zen kann man dort finden.

Eine duftende Briese
kommt vom Süden her
In dem Pavillon des
Palastes herrscht eine
erfrischende Kühle

Der Kaiser *Buso Kotei*
schrieb folgendes
Gedicht:

Alle leiden unter der
extremen Hitze,
Ich liebe die langen
Sonnen erfüllten Tage.

Im Sommer kann es extrem heiß sein, und obwohl es heutzutage Air Conditioner gibt, so gibt es sie jedoch noch nicht so lange. Die Hitze ist kein Problem in den

nördlichen Ländern, wo die Temperaturen selbst im Sommer noch angenehm sind, aber in den südlichen Ländern ist es Hitze mit hoher Luftfeuchtigkeit. Viele Kulturen haben verschiedene Lebensweisen entwickelt, um den extremen Winter zu überstehen, aber auch, um mit der Hitze des Sommers umgehen zu können. Es wurden Häuser mit großen Fenstern gebaut, durch die die Sonne ihre Wärme scheinen konnte, doch im Sommer brauchte man diese Wärme nicht. Für die Sommerhitze wurden die Häuser mit einer Wandgen Süden gebaut, in so einer Weise, dass sie nicht viel Hitze aufnehmen würden. Doch *Buso Kotei* sagte, während alle den Sommer noch mögen, er selbst liebte diese Zeit. Die Tage sind lang, weil die Sonne früh aufsteigt und später untergeht. Ist es nicht wunderbar, wieviel Arbeit man an

solchen Tagen erledigen kann? So sprach er in seinem Gedicht von seiner Liebe des Sommers. Als Antwort auf dieses Gedicht, schrieb *Ryu Ko Ken*:

Eine duftende
Briese kommt vom
Süden her
In dem Pavillon des
Palastes herrscht eine
erfrischende Kühle

Die luxuriösen Schlösser und die Gärten werden von grünen Wäldern umgeben. In der Sommersonne wird das Grün sehr lebendig, und durch den Schatten hindurch weht der Wind bis in den Palast hinein, von einer Ecke bis zur letzten Ecke. Wie erfrischend! Es ist eine hervorragende Zeit, um ein Buch zu lesen, ohne die Hitze dabei spüren zu müssen! In diesem Sinne schrieb *Ryu Ko Ken* dieses Gedicht als Antwort auf jenes des Kaisers. Er fügte noch ein Gedicht hinzu, auf den Kaiser weiter eingehend:

Noch einmal die Mühen
überdenkend, die diesen
Tag ermöglichten,
sage bitte nicht nur
einfach,
wie wunderbar und
schön die langen heißen
Tage sind,
sondern stelle diese
Kühle allen Menschen
zur Verfügung.

Die Essenz
unseres Geistes ist
ständig im Wandel
entsprechend der
äußeren Umstände. Für
Buso Kotei und *Ryu KoKen* und andere, die in den kühlen Gemächern leben, mögen die heißen Sommertage kühl erscheinen und viel Zeit für Arbeit, die erledigt werden muß, und fürs Lesen schaffen. Dieser wunderbare Aspekt des Sommers kann wahrlich Realität sein. Doch die Möglichkeit, in einem weiträumigen Palast zu leben besteht nicht für viele Menschen. Wieviel können diesen Geist erleben? In dieser Welt schwitzen und arbeiten die meisten Menschen,

und wir haben selten Zeit, diese Briese zu genießen. Diejenigen, die in schwierigen Umständen arbeiten und in engen Hütten leben müssen, arm und klein, ohne von einem grünen Wald umgeben zu sein, diejenigen, die draußen arbeiten und schwitzen, und die aufgrund der großen Hitze in den Häusern nicht schlafen können, in dieser schrecklichen Hitze des Sommers wünscht sich jeder die Kühle des Herbstes herbei.

Die Welt bietet nicht jedem Menschen eine Umgebung, die angenehm ist. Er bittet den Kaiser in seinem Gedicht darum, nicht selbst zufrieden zu sein.

6.

竹為君葉々起清風

**TAKE KIMI GA TAME
NI YŌYŌ SEIFŪ O
OKOSU**

**Für dich kommt der
klare Wind in den
Bambus Blättern auf**

Schon von alters her ist Bambus ein Symbol der Reinheit und der Einfachheit, und man sagt sogar, dass es die Art einer weisen Person habe. Der Bambus ist unterteilt in obere und untere Stücke. Weil es diese Trennungen gibt, deswegen ist der Bambus biegsam, kann sich ganz hinunterlegen und wieder aufrichten. Der Bambus ist innen leer, deswegen wird der Bambus als rein und frei von Unehrllichkeit gesehen. In der alten chinesischen Tradition wurde der Bambus als etwas besonders betrachtet aufgrund dieser Eigenschaften.

Wenn wir den Wind beobachten, wie er über einen Bambuswald hinwegzieht, den

Bambus bewegend, so
spüren wir eine Frische.
Diese Kalligraphie: „Für
dich kommt der Klare
Wind in dem Bambus
auf“ sind die Worte von
dem Priester *Kidō Chigu
Zenji*, der in China im 13
Jahrhundert gelebt hat,
und der der Lehrer von
dem japanischen Meister
*Daio Kokushi, Nanpo
Jomyo Zenji* war. *Kidō
Zenji* schrieb die Lehren
der alten Patriarchen mit
seinen eigenen
Kommentaren nieder.
Dort finden wir dieses
Gedicht:

Auf dem Weg zu den
abgelegnen Ruinen,
der Tempel von *Kanzan
und Jittoku*,
Nachdem wir unseren
guten Freund besucht
haben,
bringt er uns warmen
Herzens zum Tor.
Der nahe Geräusch des
Bambus bewegt uns
Uns mit diesem klaren
Wind verabschiedend.

Dieses Gedicht on
Meister *Kidō* ist erfüllt
von dieser Tiefe der

Wissen und bringt unsere
tiefen menschlichen
Gefühle zum Ausdruck.

Von weither
kommen uns gute
Freunde besuchen. Da
sie sich auf einer Reise
befinden, bleiben sie nur
kurz bei uns. Nach langer
Zeit kann man endlich
wieder mit einander
reden, die ganze Nacht
über unterhalten sich die
Gäste mit dem
Gastgeber. Als es
langsam hell wird,
müssen die Gäste sich
aufmachen. Sie
verabschieden sich an
dem Haupttor, der Wind
weht, der Bambus in
dem Wald bewegt sich,
und der Abschied fällt so
schwer. In so einem
tiefen Moment, nicht
wissend, wann sie
einander wieder sehen
werden, sind sie sich klar
bewusst, dass unser
Leben aus Momenten
besteht: Ein Zeitpunkt,
eine Gelegenheit.

Im Buddhismus
gibt es auch diese
Worte:

Alle Dinge die geboren
sind werden sterben.

Alle Dinge die sich
treffen müssen sich
trennen.
Wo es Geburt gibt, gibt
es auch Tod,
Wo es Treffen gibt, gibt
es auch Abschied.

Das Treffen ist der
Anfang des Abschiedes.
Auch wenn wir einander
wieder sehen, so wird es
nie so sein, wie es beim
Treffen davor war. Selbst
wenn wir nur ein wenig
Zeit haben, so können
wir dankbar sein dafür,
dass wir beieinander sein
können. Ein sehr
mysteriöses, karmisches
Treffen. Wenn wir es so
sehen, dann wir der
Abschied etwas tief
greifendes. Das ist die
Wahrheit unseres Lebens,
und jedes Mal, wenn wir
jemanden treffen, ist es
etwas besonderes und
wertvolles.

In Rotenburg in
Deutschland steht auf
einem Haupteingang auf
Lateinisch:

Den Reisenden einen Ort
der Unterkunft bietend
Den Vorbeigehenden ein
Lächeln gebend
Den Sich
Verabschiedenden viel
Glück wünschend

Unsere Treffen
und Verabschiedungen
sollten immer so sein.
Tief aus unserem Herzen
wünschen wir das Beste
für die Reisenden, für
gutes Wasser, Essen und
eine sichere Reise. Im
Leben befinden wir uns
ständig auf einer Reise.
Und wir sind dankbar für
die vielen Menschen, die
wir treffen, und
wünschen alle diese
Frische und Klarheit des
kühlen Windes.

7. & 8. Doppelvers
行到水窮處
YUITE WA ITARU
MIZU NO KIWAMARU
TOKORO
Laufend erreiche ich
die Quelle des
Wassers

坐看雲起時
ZASHITE WA MIRU
KUMO NO OKORU
TOKI
Sitzend sehe ich die
Wolken sich formend

In seiner Definition des Zazens sagte der Sechste Patriarch, dass „ZA“ (Sitzen) bedeutet, keine Vorstellungen von gut und schlecht zu halten, egal was sich auch für Umstände uns zeigen mögen. Die äussere Welt teilt sich in objektiv und subjektiv, und alles ist relativ. Alle Dinge sind vergänglich, alles ist ständig im Wandel, und wir sehen die Dinge und Menschen als gut und schlecht, intelligent und dumm, krank und gesund, alt und jung, Männer und

Frauen. Dieses sind jedoch alles Ausdrücke, die sich auf persönliche Gefühle berufen. „ZA“ ist der Ort, da alles nur wieder gespiegelt wird. Wir werfen nicht nur die Dinge, die uns nicht gefallen, von uns, sondern wir sind vollkommen offen, wir können alles direkt annehmen, wie ein Spiegel. Wenn wir die Welt so annehmen, wie sie ist, ohne die Bewertungen hineingeben, die wir seit unserer Geburt angesammelt haben, dann können wir alles klar sehen und direkt wieder spiegeln. Wenn wir an keinem Erlebnis haften, dann reflektieren wir alles ohne Trübung und Zerrung.

Wenn wir jedes Ding, welches auf uns zu kommt, so annehmen, wie es ist, dann werden wir nicht von unserem eigenen kleinen Selbst gefangen gehalten. „ZEN“ bedeutet, die Essenz unseres eigenen Geistes von innen her zu

verstehen. Wir müssen diese Essenz stärken, und uns nicht von äusseren Dingen bewegen lassen. Wir können so alles annehmen, und lassen dabei nichts zurück, selbst keinen kleinsten Fleck. Wenn wir nach innen schauen können und uns nicht bewegen lassen: dieses ist das ZA des Zazen, das Sitzen, wie es der Sechste Patriarch klar gesagt hat.

ZA bedeutet, im eigenen Geist nicht bewegt zu sein. Wir tun dieses jedoch nicht, indem wir unseren Geist beherrschen und eindrücke unterdrücken - wir trinken einfach alles hinunter, ohne darauf weitere Bewertungen zu legen, jenseits aller dualistischen und relativen Ideen gehend und alles rein wieder spiegelnd. Wenn wir so alles annehmen können, dann fühlen wir uns nicht klein und eng in unserem Geist, sondern es ist ein sich aus dehnendes

Gefühl, die unendliche
Essenz des Geistes.

Takuan Zenji
schrieb Briefe an *Yagyū*
no Tajima no Kami,
einem *Kendō*
(Schwertfechter) Meister.
Diese Briefe sind
gesammelt in dem
Buch „Der unbefleckte
Geist“. Wenn wir eine
wahre Herausforderung
haben, so ist es das
wichtigste, unseren Geist
nicht zu bewegen. Wir
lassen uns nicht von
Ideen und Gedanken
beeinflussen. Was
bedeutet es, unseren
Geist nicht zu bewegen?
Es bedeutet nicht, dass
wir wie ein Stein oder
Baum werden sollten.
Wenn wir so stehen
würden und von einem
Schwertmeister
angegriffen werden
würden, dann würden wir
sofort geschlagen sein.
Der unbewegte Geist
hat nichts mit
Unbeweglichkeit zu tun.
Takuan lehrt uns, dass
dieser Geist an nichts
haftet und hält. Sobald
unser Geist an einem

Gedanken haftet, erleben
wir eine Lücke in unserer
vollkommenen
Aufmerksamkeit. Sobald
wir uns Gedanken über
den Gegner, seiner
Situation und über das
Schwert machen, werden
unsere Bewegungen
beeinflusst davon. Auch
dürfen wir nicht an der
Position unseres eigenen
Schwertes haften, denn
auch dieses lenkt von der
eigentlichen Situation ab.
Unbeweglichkeit im Geist
bedeutet nicht Unklarheit
und Gefühlslosigkeit,
sondern innere Fülle und
Aufmerksamkeit in alle
zehn Richtungen. Dort
liegt der subtile
Geschmack des Zazens.

Der unbefleckte
Geist bleibt nirgendwo
stehen. Er kann sich frei
in alle zehn Richtungen
bewegen, und bleibt
dabei nirgends hängen.
Wenn der Gegner eine
Lücke hat, dann können
wir dort hinein stossen
und es nützen. Wenn der
Gegner nach vorne
stösst, dann ziehen wir
zurück. Ganz natürlich
bewegen wir uns, uns an

die Bewegungen des
Gegners anpassend. So
oft denken wir in bezug
auf die Stärken und
Schwächen einer Person,
gute und schlechte
Eigenschaften. Wir
beurteilen andere, und
so spüren wir unsere
eigene Existenz mehr.
Wenn wir die guten und
schlechten Seiten einer
Person betrachten und
sie jedoch nicht
beurteilen, bedeutet
dieses nicht, dass wir sie
verneinen, sondern dass
wir uns von sie nicht
bewegen lassen.

Wir werden wie
ein Spiegel, der alles
reflektiert, was von ihm
kommt. Wenn es ein
Mann ist, so wird ein
Mann wieder gespiegelt,
wenn es eine Frau ist, so
wird eine Frau wieder
gespiegelt. Wenn es eine
alte Person ist, so wird
eine alte Person wieder
gespiegelt, eine junge
Person, eine kranke
Person – alles wird
genauso wieder
gespiegelt. Der Spiegel
reflektiert, doch beurteilt
er das Reflektierte nicht.

Dieses ist der
unbefleckte Geist von
Takuan. Unser Geist
kann alle guten und
schlechten Seiten einer
Person sehen. Doch
wenn wir die Person
dann beurteilen, so
erhöhen wir uns und
loben uns selbst quasi.
Uns selbst zu erhöhen
bedeutet, dass wir an
unserer Position haften,
und dann können wir an
dieser haften und uns
deswegen bewegen
lassen. Wir können in
unserem Geist nicht an
zwei Dingen gleichzeitig
halten, somit wird unser
Geist bewegt.

Wenn unser Geist
sich nicht bewegt, nicht
urteilt und kritisiert,
dann können wir die
Dinge rein reflektieren,
weil wir nicht bewegt
werden von den Dingen.
Dieses ist Zazen. Dann
können wir uns frei
bewegen, und die Essenz
unseres Geistes ist stabil.
Das ist der subtile
Geschmack des Zazens.
Indem wir so üben und
unser Geist reift, können
wir Momente erleben, die

vollkommen klar und rein sind. Dann wissen wir um die Wahrheit in jedem einen Moment, wir reflektieren das, was vor uns ist, und lassen dabei nichts zurück. Das ist unser täglicher Geisteszustand.

In der Welt des *Butoh* Tanzes wird dieser Geist so ausgedrückt, dass wir unseren Geist vor uns legen, uns dabei kein bisschen drum kümmern, wie wir aussehen, oder wie das Publikum uns erlebt. So ist es auch bei unserer Arbeit. Zen bedeutet, alles um uns in einer Weite sehen, und dabei unsere Arbeit verrichten. Mit kontinuierlichen klaren Geistesmomenten werden wir nicht hin und her gezogen durch unsere kleinen, egozentrischen Gefühle, unser Zazen ist in unserem täglichen Leben lebendig.

In unserem täglichen Leben stärken wir diesen Geist, indem wir uns nicht bewegen lassen. In diesem

Zustand sind wir wie eine Null in unserem Geist, wie ein Spiegel, der vom Ursprung her leer ist. Doch hat dieses nichts mit der Leere zu tun. Wir sind innen und in unserem Handeln voll und prall: das ist die Wahrheit. Klare, weiter anhaltende Geistesmomente bringen uns zu dem Punkt, da innen und aussen eins sind, und so erleben wir Samadhi.

In dem Schriften von *Yoka Gengaku* lehrte er uns, wie alle Wesen gleich sind. In dem Lied der Erleuchtung steht:

Habt ihr noch nicht den ruhigen Mann des Tao gesehen,
der nichts zu lernen und nichts zu tun hat,
der weder wandernde Gedanken ablehnt noch die Wahrheit sucht?
Die wahre Natur der Unwissenheit ist Buddha Natur,
der leere Körper der Illusion ist der Dharma Körper.

Nachdem der Dharma Körper verstanden wurde, gibt es kein Ding mehr. Das eigentliche Selbst ist der innewohnende Buddha.

Die fünf *Skandhas* sind das leere Kommen und Gehen von dahin ziehenden Wolken, die drei Gifte sind die leeren Erscheinungen, und vergehen wie Wasserblasen.

Wenn das Wahre erlebt wird, dann gibt es weder Person noch Dharma. In einem Moment wird das schlechte Karma zerstört.

Wenn ich lüge, um die Menschen hin zu halten, möge meine Zunge heraus gezogen werden für *Kalpas* so unzählig wie Staubkörper und Sand.

Durch plötzliche Erleuchtung im Tathagata Zen, sind die sechs Paramitas und die verschiedensten Weisen vollkommen in dieser Essenz.

In Träumen gibt es klar die sechs Wege der Menschen, doch wenn erwacht ist das riesige Universum leer.

Es gibt weder Sünde noch Wohltat, weder Verlußt noch Gewinn. Suche nichts in dieser Nirvana Natur.

Der Sechste Patriarch sagte: „Schneide alle Ideen von gut und schlecht hinsichtlich der äusseren Welt. Dann lass keine Gedanken innen aufkommen. So sitzen wir.“ Das ist die Bedeutung von:

Laufend erreiche ich die Quelle des Wassers
Sitzend sehe ich die Wolken sich formend

9.
掬水月在手
MIZU KIKUSUREBA
TSUKI TE NI ARI
Schöpfe das Wasser
und der Mond ist in
meinen Händen

Dieses ist auch ein Doppelvers. Hier haben wir die ersten Zeilen:

Schöpfe das Wasser und
der Mond ist in meinen
Händen.

Spiele mit Blumen und
ihr Geruch erfüllt die
Kleidung.

Diese beiden Verse findet man in den Schriften von Meister *Kidō*. Natürlich hat er diese Worte von einem längeren Gedicht genommen.

Nichts schlechtes tun, nur gutes tun.
Unseren Geist klären.
Dieses ist die Grundlage des Buddhismus.
Niemanden weh tun,
allem Guten Leben schenken – dieses ist die Essenz der Lehre des Buddhas.

Der menschliche Geist ist vom Ursprung her wie ein Spiegel. Alle Dinge können von einem Spiegel angenommen werden. Dieses ist die Weite, der Reichtum der Spiegels, was auch die ursprüngliche Qualität der Menschen ist. Ein Geist, der wie ein Spiegel ist, kann keinen Unterschied zwischen dem Spiegel und dem Gespiegelten spüren. Ein Spiegel hat kein kleines Selbst. Wenn unser Geist wie ein Spiegel ist, dann können wir uns mit Klarheit und Einfachheit ausdrücken. Wenn wir Wasser mit unseren Händen schöpfen, um unser Gesicht zu waschen, ist es so, als ob der hell scheinende Mond in unseren Händen befinden würde, genauso hell, wie er auch am Himmel scheint. Dieses ist ein sehr mysteriöser Geisteszustand. Und es handelt sich hier nicht nur um den Mond. Ein Kind, eine alte Person, eine kranke Person, ein Vogel, eine Blume, ein

Mann, eine Frau - alles was reflektiert wird können wir quasi in unseren eigenen Händen halten.

Dieser klare reine Geist ist die Weisheit des Buddhas. Dieses ist der warme Geist, der die Freude von anderen annehmen kann, der den Schmerz von anderen als seinen eigenen Schmerz erleben kann. Wir sind nicht nur unsere physischen Körper. Wir haben auch Gefühle, und wir können vollkommen eins werden mit dem Geist einer anderen Person. So können wir die tiefste Freude und Weisheit einer anderen Person erleben als wäre es unser Eigen. Dieses wird die Barmherzigkeit des Buddhas genannt.

Obwohl wir diesen eigentlichen Geist haben, können wir nicht immer in ihm leben, da wir unseren Geist mit unreinen Gedanken füllen. Deswegen lehrt uns der Buddha, das wir zuerst unseren eigenen Geist reinigen müssen.

Um unseren Geist
reinigen zu können, ist
Stille äusserst wichtig.
Wenn unser Geist ruhig
und stille ist, dann reinigt
er sich von alleine. Die
unnötigen Gedanken und
Geräusche verschwinden
von alleine.

**Schöpfe das Wasser
und der Mond ist in
deinen Händen**

Der Mond, so hell und
schön am Himmel
scheinend und der Mond
in dem Wasser in
unseren Händen werden
eins, es ist der gleich
Mond. Dieses ist die
Bedeutung dieses
Gedichtes und die
wichtige Lehre des
Buddhas. Geist und
Körper werden eins. Das
ist das Handeln des
mysteriösen Nicht-Zwei.

**赫露金風
TAIRŌ KINPŪ
Vollkommen den
goldenen Wind
manifestieren**

Diese Worte sind
von dem 27sten Fall der
„Smaragden Felswand
Sammlung“ (*Hekigan
Roku*). Es sind die Worte
von *Unmon Bunne*, ein
Zen Meister, der in der
Tang Dynastie sehr
bekannt war. Der Wind
oder die Eigenschaft
dieser Schule war wie
der goldene Wind.
Unmon benutze Worte
als Antwort wie
„KAN“ (Tor),
„Ro“ (offenbart),
„Iii“ (Dummheit). Kurze
Antworten, jedoch
vollkommen die Wahrheit
aufzeigend. Ein klarer,
typische Ausdruck der
Wahrheit.

Diese Worte
hatten eine grosse Tiefe
in sich, eine mysteriöse
Wahrheit, und
gleichzeitig brachten sie
eine hohe Qualität des
Geistes zum Ausdruck.
Es war wahrscheinlich als
Unmon Bune schon älter

war, da ein Mönch ihn fragte: „Wie ist es wenn der Baum welkt und die Blätter fallen?“ Die Frage des Mönches war quasi: „Wenn alle Stürme vorbei gezogen sind, und alle Blätter gefallen sind, die Äste leer sind, wie ist es dann?“

Diese Frage handelt natürlich nicht nur um die Natur, sondern um den Geisteszustand der Menschen, wenn wir durch das Leiden der Lüste und Anhaftungen des Lebens gegangen sind, wenn die Ignoranz und der Ärger und die Begierden abgeklungen sind. Wenn wir nicht mehr an dieses und jenes denken, wenn die Probleme von Leben und Tod, von Nirvana und Vergängnis uns nicht mehr berühren, wenn wir keine Erklärungen mehr brauchen, wenn es keine Unterschiede zwischen einem Buddha und einer unerleuchteten Person gibt, wenn alle Unterschiede weggefegt sind, dieser Geist, auf

den man mit keinem Finger zeigen kann – wie ist das? Dieses war die Frage des Mönches. Mit dieser Frageart zeigte er, dass er selbst die Essenz hatte, eine solche Frage zu stellen, dass dieses seine eigene innere Frage war. Er sagte quasi: „Ich habe keine Bedürfnisse mehr, ein Buddha zu werden und ich mache mir keine Sorgen wegen Leben und Tod.“ Er fragte, wie könnte er selbst frei von Begierden und Unklarheit mit diesem Geist, da alles abgeworfen wurde, befreit werden.

So fragte er: „Wie ist es, wenn der Baum verdorrt und alle Blätter fallen?“ Der Mönch hatte diesen Ort erlebt, wo alle Blätter und Blüten gefallen waren, wie der Buddha im Nirvana, und fragte, wie er jetzt noch tiefer gehen könne. Natürlich müssen wir dieses selbst erleben und durch diesen Geist gehen, sonst bleiben wir unruhig und lassen uns von den Dingen zu sehr bewegen.

Wenn alle Gedanken uns bewegen, dann ist kein Vertrauen zwischen den Menschen möglich. Wenn wir diesen Geist nicht tief erleben können, dann können wir es nicht das Buddha Dharma oder die Befreiung oder Zen nennen.

Hier jedoch liegt eine gefährliche Falle: Dieser Mönch, der diesen Geisteszustand erlebt hat, trägt ihn mit sich herum und zeigt diesen Geist anderen. Er sitzt quasi oben drauf. Das ist seine Freude und Befriedigung. Wie kann er jedoch mit den Menschen in der Gesellschaft arbeiten, die leiden? Wie kann er diese Verantwortung erfüllen? Er könnte ewig in seiner Falle hängen bleiben. Dieser klare und ruhige Geist ist die Grundlage, von wo her wir die Menschen befreien können, die tief leiden. Wenn wir uns jedoch an dem Ort der Quelle hinsetzen, wie können wir den Menschen Befreiung bringen?

„Wie ist es, wenn der Baum verdorrt und alle Blätter fallen?“ Dieser Geisteszustand ist der höchste Ort des Zazen. Wenn wir Zazen üben, dann haben wir zuerst viele Gedanken und Probleme, doch je weiter wir üben, vergessen wir unseren Körper und richten unsere Atmung aus. Und langsam werden die Gedanken weniger, kommen auf und gehen, kommen auf und gehen wieder. Wir richten weiter unsere Atmung und unseren Geist aus. In unserem Geist werden die Wogen und die Stürme weniger. Wir haben uns nie diese innere Ruhe vorstellen können, frei von unnötigen Gedanken, das ist Zazen.

Wenn wir denken, dass dieses das Ende ist, so sind auch wir in der Falle, wo es keine Freiheit gibt. Wir sind nur an unserem eigenen Gut interessiert, und so werden wir eng und klein. Unser Zazen ist nicht für

unser eigenes Glück. Wir dürfen es nicht für so kleinsichtige Ziele nutzen, sonst wenden wir der Gesellschaft unseren Rücken zu und suchen nur unser eigenes Glück. Dann fallen wir in Idealismus. Selbst wenn wir diesen tiefen Punkt des Zazens erlebt haben, so reicht diese Essenz noch nicht aus.

Wie uns Takuan Zenji lehrte, wenn unser Geist unbeweglich ist, nirgendwo stehen und haften bleibend, das ist die Wahrheit des Geistes. Während wir alles reflektieren, so bleibt der unbewegliche Geist nirgendwo stehen. Damit unser Zazen reift, brauchen wir nicht an der Idee des Nichts fest zu halten. Sondern wir werden voll und erfüllt, wie ein Luftballon, der kurz davor ist bei der kleinsten Berührung zu explodieren. Wenn der Geisteszustand so voll ist, vollkommen gedehnt ist, dann können wir dem Leiden, den schweren Herausforderungen der

Gesellschaft gegenüber treten, ohne dass wir uns hin und her bewegen lassen. Wir können frei durch Himmel und Erde wandern. Mit diesem Geisteszustand, während wir uns inmitten dieser Herausforderungen befinden, trinken wir sie alle hinunter. Dieses ist das lebendige Zazen.

Unmon Daishi antwortete ohne zu stocken: „ Manifestiere vollkommen den goldenen Wind!“ Mit dem ganzen Körper, mit jeder Pore, diesen Wind durch uns ziehen lassend und ihn manifestierend. Der goldene Wind ist der Wind des Herbstes, der Wind der durch den Himmel zieht zu Zeiten der Ernte. Während all die Ernte – der Reis, die Körner – reifen und volle Ernte trage, sehen sie aus wie ein Meer reines Goldes unter dem blauen Himmel, vollkommen erfüllt mit Leben so weit das Auge reicht. Dieser reife, erfüllte Geisteszustand, von dem spricht *Unmon* hier. Der

Mönch kam zu *Unmon* mit einem dorren Geisteszustand, wo alles lebendige verschwunden war, und *Unmon* antwortete: „Manifestiere den goldenen Wind vollkommen! Dehne dich aus durch Himmel und Erde!“

Dieser Geisteszustand von *Unmon Daishi* in ein paar Worten zum Ausdruck gebracht geht jenseits aller Leiden, aller Fragen nach Leben und Tod. Wie der Priester *Ryokan* auch sagte:

Wenn wir einem Unglück begegnen
Ist es das Beste, diesem Unglück aus zu weichen
indem wir uns ihm gegenüber stellen.
Wenn der Zeitpunkt kommt, da wir sterben müssen,
ist es das Beste, uns dem Tod gegenüber zu stellen.

Anstatt dass wir überwältigt werden, nehmen wir den Geist von *Ryokan* an, der alles hinunter trinkt, und dann schaut, wie er leben

kann, wie er das Leben zum Ausdruck bringen kann. Dieser Geisteszustand ist nicht kühl und abweisend, sondern trinkt alles hinunter. Wenn die Herausforderungen, denen wir uns gegenüber sehen, so gross sind, dass sie uns den Atem nehmen, wie können wir dann von unserer tiefen Weisheit her leben? Anstatt dass wir uns von den Schwierigkeiten überwältigen lassen, wie können wir die Situation nutzen, wie können wir ihr Leben geben? All die Weisheit der Menschen um diese Fragen zu beantworten, sind in dem goldenen Wind enthalten.

Ryokans Worte entfliehen nicht der Realität. Wenn unser Zazen reif ist, dann vergessen wir unseren Körper und unsere Gedanken, und mit unserer inneren Essenz können wir durch Himmel und Erde reichen. Ohne diese innere Fülle können wir in schwierigen Situation

nicht klar sehen, was wir zu tun haben und wie wir das Problem lösen können. Unser Zazen beruht nicht auf die Worte: „Wie ist es, wenn der Baum verdorrt und alle Blätter fallen?“ Wir erleben es mit unserem ganzen Körper, von dem Kopf bis zu den Zehen, mit jeder Zelle und Pore vollkommen erfüllt. Wenn unser Geist so voll ist, dann erreicht diese Energie jeden Teil unseres Körpers. Und so erleben wir auch die Fülle des Universums. Frisch und neu, immer und immer wieder kreieren wir eine neue Welt und geben allen Dingen Leben. Dieser Geisteszustand ist unsere Wahrheit. Wenn dann noch etwas Unklares zurück bleibt, wenn noch andere Gedanken hinein kommen, dann wird diese Essenz unklar und unrein. Wenn wir Selbst-Bewusstsein mit uns herum tragen, wenn wir denken dass der Baum verdorrt und die Blätter

fallen, dann kann sich unser Zazen nicht in seiner Möglichkeit ausdehnen und weiten.

Damit unser Zazen reifen kann und unser Geist sich öffnen kann, müssen wir die Möglichkeit der Freiheit erleben und alle Menschen lieben, und somit ein wahrer Meister des Weges werden. Wir müssen zu diesem Geist erwachen. Wo wenn nicht in diesem Leben werden wir diese Freude und Glückseligkeit finden? *Unmon Daishi* spricht hier als Meister des Geistes von Zen, als er die Frage des Mönches beantwortet. Dieser Ort, der noch nicht erlebt worden war, kann durch das Verstehen des goldenen Windes erlebt werden.

11)
開門落葉多
MON O HIRAKEBA
RAKUYO ŌSHI
Die Türe öffnend – die
Laub hoch
angesammelt

Dieses ist der zweite Vers des Doppelverses:

Dem Regen zu hörend,
führt die kalte Nacht zum
Ende.

Die Türe öffnend, das
Laub hoch angesammelt.

In einer Fussnote von *Toyo Eicho Zenjis* Sammlung von Gedichten „*Zenrin Kushu*“ steht, dass diese Zeilen von dem Dichter *Buko Shonin* sind. Sie beschreiben die Stimmung, da wir die ganze Nacht über dem einsamen Geräusch der fallenden Blätter lauschen. Sobald dann am Morgen die Tür geöffnet wird, sehen wir die vielen Blätter, die sich angesammelt haben.

Dieses ist die Bedeutung des Gedichtes.
Dieses Geräusch

während der Nacht,
welches sich wie Regen
angehört hatte, waren
die fallenden Blätter, die
an die Regenrinne
stiessen.

Der Priester
Ryokan, in Japan
geboren, schrieb:

Der Wind hat genügend
Blätter gebracht,
um ein Feuer zu machen

Dieses war der
Geisteszustand von
Ryokan, da er in seiner
Einsiedelei in *Gogo-an* in
Echigo in der Provinz
Niigata lebte. Heutzutage
leben wir in einer
vollkommen anderen
Welt im Vergleich zu
Ryokan. Als *Ryokan* in
Gogo-an lebte, benutzte
er das Laub für seine
Feuerstelle. Er lebte ganz
im Einklang mit der
Natur.

In unserem Leben
gibt es für alles
Maschinen und Geräte.
Im Gegensatz dazu steht
diese einfache
Lebensweise von
Ryokan: jeden Tag am
Leben sein, diese Gabe
des am Leben sein

dürfens jeden Tag
spüren und dankbar
dafür sein, diese Ruhe
und diesen Frieden
kennend.

In unserem
Zeitalter ist es jedoch
sehr notwendig, dass wir
uns die Grundregel des
Lebens genau
anschauen: Zu wissen,
was genügend ist. Die
grösste Unsicherheit der
Menschen ist, dass sie
nicht wissen, was genug
ist. Nur wenn wir klar für
uns selber wissen, was
genügend für uns ist, nur
so werden wir den Weg
aus dem Drang der
Überkonsumierung
finden, immer nach
Quantität und nicht
Qualität suchend. Dieses
bedeutet nicht, dass wir
alle Wünsche ignorieren
müssen, sondern, dass
wir die grössere Essenz
hinter den Dingen sehen
lernen. Wir müssen das
Gleichgewicht wieder
finden, wo wir die
natürlichen Ressourcen
nicht nur ausnutzen,
denn sonst schädigen wir
den Planeten ohne dass
er sich erholen kann.

Auch in der Welt
der Gegenstände ist es
wichtig, wieder zuzulernen,
wie wir das nutzen
können, was wir haben.
Wir produzieren so viel
Müll, und leiden
gleichzeitig wegen dieses
Problehmes. Dieses trifft
auch für unseren Geist
zu. Wir denken so viele
Dinge, halten so viel in
unserem Geist, so dass
es keinen freien Platz
mehr in unserem Geist
gibt. Anstatt, dass wir so
viele Dinge habe
möchten und denken
möchten, sollten wir den
ruhigen weiten Ort in
unserem Geist stärken.
Wir selber müssen uns
dem Verschreiben, denn
sonst findet unser eigene
Geist keine Ruhe. Wenn
wir es so sehen, dann
können wir den Geist von
Ryokan verstehen.

Doch selbst für
Ryokan war es zuerst
nicht offensichtlich, wo
dieser Geist der
Genügsamkeit ist.
Ryokan selbst konnte
keine Ruhe in seinem
eigenen Herzen finden
und ging gegen die

Wünsche seines Vaters
an und lies sich
ordinieren. Doch die Welt
der Ordination
befriedigte nicht seinen
künstlerischen Geist. Der
Wunsch nach Ruhm und
andere Wünsche blieben
in seinem Geist hängen,
und er wusste, dass er
für alle Menschen diese
Unklarheit in seinem
eigenen Geist loswerden
müsse. Er verlies den Ort
der Übung, ging zurück
nach *Echigo*, wo er sich
in den Bergen eine
Einsiedelei baute.
Tagsüber ging er auf
Almosengang für sein
tägliches Essen, und
während der Nacht sass
er Zazen. Manchmal
unterrichtete er die
Kinder in den Dörfern,
und er war immer voller
Weite in seinem Herzen.
Seine Präsenz war schon
eine Lehre in der
Offenheit der Herzen.

Der
Geisteszustand von
Ryokan war frei von
Anhaftungen und
Wünschen, von Ideen
der Erleuchtung und der
Essenz. Diese Ideen und

Vorstellungen hatte er
alle losgelassen, und er
lebte in seinem tiefen
Geist der Freiheit und
der Fröhlichkeit.
Natürlich hatte er dabei
nicht sein Gelübde
losgelassen, alle
Menschen zur Befreiung
zu helfen.

Den Regen hörend
Ruhig,
und dann wieder der
Mond.

Wenn wir ruhig
dem Geräusch des
fallenden Regens
lauschen, so wird unser
Geist auch ruhiger.

Ryokan hatte jede
Art von
Selbstzufriedenheit
abgeworfen. Wir berufen
uns immer auf etwas
ausserhalb, uns immer
auf jemanden und etwas
berufend. Dieses hatte
Ryokan vollkommen
losgelassen. So ein
Mensch kann dann ganz
spontan lächeln, von
dem Ort der Ruhe und
der Fülle her, egal was
auch geschehen mag.
Das ist die Bedeutung
von:

**Die Türe öffnend –
das Laub hoch
angesammelt**

Der Ort, wo man alles
fortgeworfen hat und
sich nicht von äusseren
Dingen einhüllen lässt.
Diese Worte kommen
von einer wahren
inneren Fülle hervor.

**12.
寒林帶夕陽
KANRIN SEKIYŌ O
OBIRU
Die Nachmittagssonne
umarmt die
winterlichen Wälder**

Im Frühjahr haben wir
die Blumen,
Im Sommer haben wir
die Nachtigall,
Im Herbst den Mond,
und im Winter den kalten
Schnee.

So dichtete *Dogen*
Zenji und beschrieb
damit unseren
eigentlichen Geist. In
den grünen Bergen in
Japan im Frühling finden
wir wilde Magnolien. Wie
sehen in den Bergen
weisse Flecken, die
weissen Blumen,
während die Luft auf
unseren Wangen noch
kühl ist. Dann kommt die
Farbe violett dazu. Die
Azaleen färben den
ganzen Berg, und etwas
leichtes rosa kommt
auch hinzu, die
Bergkirschenblüte.

Wenn die Blüten
fallen, dann kommen die

grünen Sprösse hervor
und die Berge färben sich
in ein dunkleres Grün.
Inmitten dieses dunklen
Grüns kann man die sich
windenden WHISTERIA
an den höchsten Ästen
klettern sehen. Wenn
die Pflaumen und die
Kirschen blühen, dann
hört man auch die Vögel
beim Singen: Die Berge
sind unser! Im Mai
singen die Vögel laut.
Doch dann kommt das
helle Licht des Sommers,
die Zikaden singen jeden
Moment ihres so kurzen
Lebens, im Schatten der
grünen Bäume, leben die
Zikaden ihren Traum.

Im sehr heißen
Sommer weht der Wind
vom Westen her, und die
Farben ändern sich. Am
Morgen, wenn der Nebel
von dem Teich aufsteigt,
singen die Frösche ihr
Lied, und die Farben der
Blätter färben sich so
sehr langsam. Ständig,
das ganze Jahr über,
ändert sich die
Berglandschaft. Im
Herbst erhellt der Mond
die Berge in seinem
hellen Licht, die hellen

Berge des frühen
Morgens, die Berge vom
Regen und Sturm
zerwühlt, und so viele
weitere Nuancen. Doch
am besten kann man die
tiefe Essenz in den
Bergen im Winter spüren.
Die bunten Blätter sind
zum Boden gefallen, und
lassen die Bäume mit
kahlen Ästen zurück.

Zu diesem
Zeitpunkt ist die
Landschaft am ruhigsten.
Der Teemeister *Rikyu*,
Take no Jo benutzte ein
Gedicht von *Fujiwara*
Teika, um den Geist der
Teezeremonie auszu-
drücken:

Wann immer man schaut,
es sind keine
Ahornblätter oder
Blumen mehr vorhanden,
nur die kleine Hütte im
Zwielicht des Herbstes.

Das ist der ruhige
Geisteszustand von
Nirvana. Hier wurden
unnötiges Denken und
Begierden alle
vollkommen
abgeschnitten. Wenn wir
diesen Geist schmecken,
dann können wir zum

ersten Mal von unserer
eigenen Erfahrung
wissen, dass „Dieser Ort
ist der Ort der Lotusse
und dieser Körper ist der
Körper Buddhas.“

13.

雪不落別處

YUKI BESSHO NI

OCHIZU

**Jede Schnellflocken
fällt auf ihren Ort**

Dieses Gedicht
kann in dem 62. Fall des
„Smaragdene Felswand
Sammlung“

(*Hekiganroku*)

und auch in der
Sammelkunde des Laien
Pang. Genauso wie die
Worte des Haushälters
Vimalakirti, die überall in
China bekannt waren, so
wurden auch diese Worte
in ganz China sehr
bekannt.

Der Laie *Pang* und seine
Ehefrau, sein Sohn und
seine Tochter, alle
verstanden Zen tief und
lebten ein inspirierendes
Familienleben erfüllt von
Dharma Austausch.
Das tiefe Verstehen des
Laien *Pang* war es, was
ihm es ermöglichte, auch
seine Familie zu diesem
Verstehen zu bringen.

Der Laie *Pang*
übte zuerst unter *Sekito*
Kisen Zenji (700-790)
und dann mit *Baso*

Doitsu Zenji (709-788),
und er erhielt die
Lehrbefugnis in der Linie
von *Baso Doitsu Zenji*.
Yakusan Gigen Zenji
(745-828) war der
Nachfolger in der Linie
von *Sekito Kisen Zenji*,
und *Pang* lebte mit ihm
in seinem Tempel für
siebzehn oder achtzehn
Jahre, übte dort als ein
Laie. Als *Pang* diesen Ort
der Übung verliess,
schickte der Meister
Yakusan zehn seiner
höchsten Mönche, um
ihn zu verabschieden. Ihr
Tempel war
wahrscheinlich tief in den
Bergen, weit entfernt
von dem Eingangstor,
und es schneite. Doch
nachdem er dort für so
viele Jahre geübt hatte,
wollten die Mönche sich
beim ihm am Tor richtig
verabschieden.

Der Laie *Pang*
musste somit ein
Abschiedsgeschenk
hinter lassen. Und er
zeigte auf die
Schneeflocken und
sagte: „Jede
Schneeflocke fällt genau
auf ihren Ort.“ Er wollte

damit sagen: „ Diese
Schneelandschaft ist
wunderschön. Wenn
diese eine Schneeflocke
die einzigste wäre, die
fallen würde, dann würde
sie trotzdem auf den
gleichen Ort
fallen.“ Dieses war seine
Gabe für die Mönche.

Dann fragte ein
Mönch mit dem Namen
Zensan im Namen aller
Mönche: „ Du sagst, dass
die Schneeflocken
nirgendwo anders hinfällt,
als auf ihren Ort. Wohin
fällt sie also?“ Bevor der
Mönch zu Ende
gesprochen hatte, sagte
Laie *Pang*: „Kannst du
nicht sehen, dass sie hier
direkt hin fällt?“ Und er
gab dem Mönch *Zensan*
eine Ohrfeige. *Zensan*
sagte schnell: „Aber Laie
Pang, was machst du?
Sei nicht so grob!“ Laie
Pang antwortete: „Wenn
du denkst, dass du dich
wie ein guter Mönch
verhältst, dann wirst du
nach deinem Tod vor den
König *Emma* treten
müssen, und er wird dir
eine Rechnung geben für
all das Essen, welches du

angenommen hast während deiner Übung.“ So überprüfte Laie *Pang* den Mönch weiter. *Zensan* sagte: „Wenn es so ist, was würdest Du dann sagen?“ Der Mönch wiederum liess nicht locker und forderte Laie *Pang* heraus, als ob er sagen wollte, mich kannst du verurteilen, aber wie machst du er besser. Und der Laie *Pang* schlug ihn nochmals und sagte: „Was redest du in deinem Schlaf? Es lohnt sich nicht, Zeit an dir zu verschwenden!“ Laie *Pang* hatte ihnen ein Festmahl hinter lassen, doch niemand konnte daran teil nehmen. Und dann ging Laie *Pang* kurzerhand.

All diese unzähligen Schneeflocken, die vom Himmel fallen – wohin fallen sie? Wir beobachten sie, ohne dass wir wissen, wo sie hinfallen. Dieser Schnee fällt ohne unterlass und die reine Weissheit

erstreckt sich in alle Richtungen.

Hakuin Zenji schrieb ein Gedicht im Alter von 29 Jahren als er im Tempel *Inryoji* in dem Dorf *Shinoda* lebte. Er hatte die ganze Nacht über Zazen gesessen, und jetzt dämmerte es langsam. Die Farbe des Schnees und die des Himmels waren die gleiche, waren eins. Es war vollkommen ruhig und stille, kein einziges Geräusch war zu hören. Auch *Hakuin* war vollkommen ruhig im Geist, kein einziger Gedanke war zurück geblieben. Kein Bruchstück eines Gedanken. Alles was er sah und die Leere innen waren eins, genauso wie die herabfallenden Schneeflocken. „Dieses Geräusch – wer kann es hören?“

Selbst falls es gehört werden kann, dieses wäre jedoch nicht besser als die Handlungsweise von Laie *Pang*. In diesem Moment fallen sowohl Geist und

Körper fort. Wir spüren uns nicht als ein kleines getrenntes selbst, die Schale fällt ab und wir sind frei und befreit. Wir bewegen uns nur im Einklang mit dem, was sich uns darbietet. Ohne Grenzen und Beschränkungen können wir dann selbst die Handlungsweise von Laie *Pang* verstehen. Wir leben immer in dieser Welt. Wenn wir jedoch noch daran festhalten, quasi als dritte Person zu existieren, dann können wir die Welt des Samadhis, die *Hakuin* und Laie *Pang* beschreiben, uns nicht einmal erträumen.

14.
松樹千年翠
SHŌJU SENNEN NO
MIDORI
Der Pinien Baum ist
für ein tausend Jahre
grün

Der Ursprung dieses Gedichtes ist nicht bekannt. Er wird oft benutzt, um Glückwünsche aus zu sprechen oder um den Beginn des Neuen Jahres zu feiern. Er wird dann an die Wand gehangen als ein Wunsch, dass gute Dinge für eine lange Zeit fortfahren mögen.

Eigentlich bedeutet im Zen eine Pinie ein Tempel, und ein Tempel bedeutet eine Pinie. Normalerweise werden nicht viele Pflanzen in einem Zen Tempel angelegt, die eine Blüte bekommen. Damit das Gelände eines Tempels grüner wird, wurden oftmals Pinien angepflanzt.

Eines Tages, da *Rinzai* noch in dem Tempel seines Lehrers *Obaku* war, war er ganz

alleine dabei, Pinien zu pflanzen. *Obaku* kam vorbei und fragte ihn, warum er denn Pinien pflanzen würde, denn der Tempel befände sich schon tief in den Bergen. „Warum tust du dieses?“, fragte er. Natürlich war dieses *Obaku*'s Gutmütigkeit, und er überprüfte den Geisteszustand von *Rinzai*.

Rinzai antwortete: „Zuerst möchte ich die Erscheinung des Gelände des Tempels verbessern. Zweitens möchte ich den Weg kennzeichnen, für diejenigen, die später kommen.“ Dann schlug er zwei Mal auf den Boden mit seiner Schaufel. Diese Episode ist sehr bekannt, und wird als *Rinzai*'s erster karmische Verbundenheit bezeichnet.

„Zuerst möchte ich die Erscheinung des Gelände des Tempels verbessern. Zweitens möchte ich den Weg kennzeichnen, für diejenigen, die später kommen.“ *Rinzai* sagte:

„Ich pflanze diese Pinien, um das Grüne dieser Berge zu erhalten, um die Frische und die Ruhe zu beschützen, und damit es ein Ort der Übung werden möge – damit all diese ständig lebendig bleibt, deswegen pflanze ich diese Pinien. Ich pflanze sie auch, weil ein recht erleuchteter Mönch *Rinzai* hier war, so dass diejenigen, die später folgen werden, diese Pinien sehen können und vollkommen in ihrer Übung aufgehen können und sie zur Vervollkommnung bringen können. Mit diesem Gebet pflanze ich sie.“

Von diesem Zeitpunkt an wurde das Pflanzen der Pinien zu einem Symbol des bestehenden Dharmas. Wenn wir hoch schauen und diese Pinien sehen, dann denken wir an *Rinzai*. Er sagte diese Worte und dann schlug er zwei Mal auf den Boden mit seiner Schaufel, Bang bang.

Was wollte er sagen? „
Ich habe zu viel geredet
– ich kann hier nicht
gefunden werden.“

Der tiefe
Geisteszustand von
Rinzai kommt hier zum
Ausdruck. Vielleicht
musste er etwas
antworten, doch bestand
kein Grund, eine
Erklärung zurück zu
lassen. So war sein
Geisteszustand. Das
Buddha Dharma gehört
nicht einer bestimmten
Person. Von alters her
haben wir diese Worte:
„Grosse Bemühungen
ohne jegliches Ergebnis“.
Während wir uns
anstrengen, während wir
uns vollkommen hinein
werfen dürfen wir
trotzdem dabei keine
Ergebnisse erwarten. Wir
dürfen nicht an ein
bestimmtes Ergebnis
festhalten, kalkulierend,
was passieren mag – all
dieses muss losgelassen
werden.

Ob es in einem
Gewinn oder in einem
Verlust resultiert, es
muss trotzdem getan
werden. Mit dieser

Geisteseinstellung
arbeiten wir von ganzem
Herzen. Zazen ist nicht
nur das Üben auf dem
Kissen. Für unser
gesamtes Leben. Den
ganzen Tag über, jeden
Tag, immer mehr lassen
wir die unnötigen Taten
beiseite und bleiben klar
im Geist dabei. So ist das
Leben in einem *Dōjō* (Ort
der Übung). Jeden Tag
säubern wir den Boden.
Jeden Tag fegen wir den
Garten.

Wir waschen den
Boden obwohl wir wissen,
dass er wieder dreckig
wird. Er wird dreckig,
und er wird bald wieder
dreckig, und trotzdem
mit jedem neuen Tag
säubern wir ihn, und
wieder und wieder fegen
und rächen wir den
Garten. Das ist der Ort
der Wahrheit in einem
Dōjō. Es mag so
aussehen, als ob wir viel
Energie und
Anstrengungen
vergeuden würden,, doch
indem wir unseren
Körper so bewegen und
in diesem Geist die
Arbeiten erledigen – das

ist der Weg von Zazen.
Dabei müssen wir immer
einfallsreich und kreativ
sein, was nicht bedeutet,
dass wir oberflächlich,
kalkulierend oder
manipulierend sein
dürfen. Tief in unserem
Geist haben wir ein
Gelübde. Wir säubern
den Garten, wir gehen
vielleicht einen
unbegehbaren Weg, doch
wir tun dieses ohne Eile
und mit grosser
Zuversicht, und darin tief
liegt die Kultivierung des
Dharmas.

15.

日々是好日

NICHI NICHI KORE KŌJITSU

Jeder Tag ist ein guter Tag

Diese Worte stammen von *Unmon Bunne Zenji*, der Gründer der *Unmon* Sekte, der in den Jahren 864-949 lebte. *Unmon* sagte eines Tages vor der Versammlung: „Ich werde nicht nach den Tagen vor dem 15ten eines Monats fragen, aber wer kann etwas für die Tage nach dem 15ten sagen?“

In den Zen Klöstern gibt es eine Zeremonie am 15. August, die „*Urabon*“ genannt wird. Der Ursprung dieser Zeremonie kann zu der Zeit des Buddhas gefunden werden. *Mokuren Sonjas* Mutter war in die Hölle gefallen und leidete sehr. *Mokuren* sah sie dort, und er war sehr erstaunt, und mit seinen übernatürlichen Kräften

ging er zu ihr und brachte ihr viel Essen.

„Mutter! Du bist so dünn geworden und hungerst – bitte esse diese guten Dinge, die ich für dich gebracht habe.“ Mit diesen Worten gab er ihr das Essen und legte es vor sie auf den Boden.

Die hungernde, magere Mutter, war so dankbar und glücklich. Sie sagte: „*Mokuren*, danke dir vielmals. Ich habe schon viele Tage nichts gegessen und bin so hungrig. Danke dir vielmals!“ Nach diesen Worte drehte die Mutter sich um und begann zu essen. Doch wie sie den ersten Bissen genommen hatte, wandelte sich das Essen in ihrem Mund sofort in Flammen, und sie konnte es somit nicht hinunter schlucken. Selbst mit seinen übernatürlichen Kräften konnte *Mokuren* ihr nicht helfen.

Dann sagte er zu seiner Mutter: „Wie wäre es mit etwas zu trinken? Ich habe auch Getränke

mit gebracht, bitte, trinke etwas.“ Er gab seiner Mutter etwas zu trinken, doch sobald jene es in ihrem Mund hatte, wandelte es sich in Flammen. Sie konnte weder essen noch trinken. Das Essen lag direkt vor ihr, doch trotz Hunger und Durst konnte sie weder essen noch trinken. *Mokuren* sah das Leiden der Mutter und war sehr traurig, dass er ihr nicht helfen konnte, somit ging er zum Buddha und bat ihm um Hilfe.

Der Buddha sagte, dass selbst eine weit entwickelte und erleuchtete Person denken mag, dass ihr Kind besser und schöner sei als andere Kinder. Diese Gefühle sind oftmals in den Herzen der Eltern zuhause. Der Buddha sagte zu *Mokuren*, dass die meisten Menschen in der Gesellschaft mit dieser Einstellung leben würden, und dass genau dieses der Grund war, warum seine Mutter in die Hölle

gefallen war. Der Buddha sagte, dass *Mokurens* Mutter für alle Mütter in der Gesellschaft stehen würde, und dass somit die Möglichkeit bestände, etwas für alle in der Gesellschaft zu lernen.

Dann sagte der Buddha, dass *Mokuren* für 90 Tage in die Einsiedelei gehen solle, den tiefen Wunsch der Befreiung im Herzen tragend. Es war die Zeit in dem Dojo vom 15. April bis zum 15. Juli, da niemand das Kloster verlassen durfte. Dann am Ende der Übungszeit, wenn eine Gabe an all die Übenden gegeben würde, die während dieser Zeit ihren Geist gereinigt haben, dann könnte mit diesem reinen Geist zum ersten Mal seine Mutter befreit werden.

Am 15. Juli, wenn das offizielle Ende der Übungsperiode ist, gibt es einen Tag, an dem man seine Taten überdenkt und Reue übt. Selbst heutzutage wird diese Übung noch

eingehalten, genauso wie es der Buddha gelehrt hatte. Es war genau an diesem 15.ten Juli, da der Meister *Unmon* seine Schüler fragte: „Ich frage euch nicht, was ihr gestern gemacht habt, sondern was könnt ihr sagen für die Tage nach dem 15ten?“ Er sagte damit, dass er nicht nach dem Vergangenen fragen würde, sondern jetzt, hier und jetzt, wie ist es in dieser Minute? Ihr alle – antwortet jetzt.

Diese Art der Herausforderung ist der Charakter von Zen. Egal was gestern war, dieser jetzige Moment ist alles, was zählt. Dieser Moment ist der lebendige Ort von Zen.

Was vergangen ist wird nicht wieder kommen. Dieses bedeutet nicht, dass wir nicht unsere Taten betrachten sollten und von ihnen lernen sollten. Dieses ist äusserst wichtig. Doch die beste Weise, um unsere vergangenen Taten zu reinigen und Reue zu

üben, ist indem wir bei jedem Schritt vollkommen wach sind. Und wenn wir uns zu viele Sorgen machen hinsichtlich der Zukunft, dann werden wir unseren Geist in der Gegenwart einschränken und mit Sorgen füllen. Wir dürfen diesen Moment der Realität nicht aus den Augen verlieren und diese wunderbare Gelegenheit durch die Finger fließen lassen. Voll lebendig mit unserer ganzen Energie und inneren Weisheit, das ist das Buddha Dharma.

Wie es von alters hergesagt wird: „Wenn du das Karma der Vergangenheit sehen willst, dann schaue auf die Gegenwart. Wenn du wissen willst, wie die Zukunft ist, dann schaue auf die Gegenwart.“ So kann man es sehen. Die Resultate der vergangenen Taten liegen hier in der Gegenwart. Und die Zukunft? Wenn wir die Gegenwart klar und deutlich sehen können,

dann sehen wir, wie die Zukunft sich entwickeln wird.

Wenn wir die Gegenwart klar sehen können, dann werden wir keine Fehler in der Zukunft begehen. Doch dieser Moment der Gegenwart vergeht in einem Blitz, deswegen kann unser Bewusstsein es nicht ergreifen. In jedem einzelnen Moment wird unsere Lebensenergie neu und frisch geboren. Wenn wir nicht an der Vergangenheit, an der Gegenwart oder an der Zukunft halten, dann können wir uns im freien Fluss bewegen – an keiner bestimmten Art der Erfahrung festhaltend. Dieses zu erleben ist Satori.

Am 15. Juli sagte *Unmon*: „Ich frage euch nicht nach den Tagen vor dem 15ten, doch sagt etwas über die Tage nach dem 15ten.“ Da niemand etwas antworten konnte, sagte er selbst: „Jeder Tag ist ein guter tag.“ Niemand

hatte etwas sagen können, somit musste er selbst antworten.

Diese Worte von Unmon sind wahrlich friedvolle Worte. Wir benutzen sie oft, doch was wichtig ist, ist, ob wir wahrlich und vollkommen in diesem Geisteszustand leben können. Wie *sagte Unmon Daishi*: „Jeder Tag ist ein guter Tag?“ Wollte er sagen, dass heute alles ok ist, wie jemand, der immer optimistisch ist? Dann hätten wir *Unmon Daishi* nicht gebraucht. *Unmon* sprach von wahrer Qualität und Essenz.

Doch Leute der Übung, selbst während der 90 Tage Übungsperiode, haben keinen so grossen Einfluss auf ihre Welt. Diese Welt ist gefüllt mit Widersprüchen. Die Dinge entwickeln sich nicht so, wie wir es wollen. Doch so ist es nun mal. Ein Berg fällt zusammen in einem Sturm, im Schlaf sterben die Zuginsassen in einem

Unfall, in einem Moment sterben Tausende in einem Erdbeben unter einem zusammenfallenden Haus, oder in einem Unfall wird jemand zeitlebens beschädigt und kann nicht mehr arbeiten.

Es ist natürlich so, dass die Welt so ist, wie wir sie mit unserem Geist sehen. Es liegt nicht an einer Entscheidung in unserem Geist, ob wir Schmerz fühlen oder nicht. Als *Unmon Daishi* sagte: „Ich frage euch nicht nach den Tagen vor dem 15ten, aber wie steht es mit den Tagen nach dem 15ten.“ Diese Essenz dreht sich darum, alle vorherigen Einstellungen und Ideen abzuschneiden, an nichts fest zu halten, an keinem Glück und Pech, sondern all diese ab zu schneiden und die wahre Weisheit jenseits zu erleben und dann aus ganzem Herzen in dieser Weisheit leben. Diese wahre Erfahrung ist notwendig.

Der Priester *Setcho Juken*, der in den Jahren 980-1052 lebte, schrieb Gedichte zu den 100 Fällen in der „Sammlung der smaragdnen Felswand“. Zu diesem Fall Koan von *Unmon* schrieb er:

Dahin wandern schreite
ich mit dem Geräusch
des fließenden Wassers
Meine Sicht, sich frei
bewegend,
legt sich auf die Spur der
fliegenden Vögel

16. & 17. Doppelpers:

徐行踏断流水声

**OMOMURU NI YUITE
TÖDAN SU RYÜSUI NO
KOE**

**Dahin wandern
schreite ich mit dem
Geräusch des
fließenden Wassers**

縦観寫出飛禽跡

**HOSHIMAMA NI MITE
UTSUSHI DASU HIKIN
NO ATO**

**Meine Sicht, sich frei
bewegend, legt sich
auf die Spur der
fliegenden Vögel**

Unmons „Jeder Tag ist ein guter Tag“ spiegelt sich in *Setcho Jukens* Gedicht wieder. Als ich an dem laut rauschenden Fluss vorbei ging, höre ich nur das Geräusch des Wassers, doch ich laufe weiter und bemerke nicht, dass das Geräusch weniger wird. Ich und das Rauschen sind eins, es ist niemand da, der es hört.

Dieses Gedicht zeigt, dass die Worte von *Unmon* nicht nur von

dem fließenden Wasser handeln, sondern auch von dem täglichen Leben. Wenn wir den Rechen in der Hand halten, wenn wir den Garten fegen, dann vergessen wir die Grösse des Gartens und wir vergessen auch unseren eigenen Körper. Wir vergessen sogar, dass wir fegen und erst dann fegen wir wahrlich effektiv und vollkommen.

**Dahin wandern
schreite ich mit dem
Geräusch des
fließenden Wassers
Meine Sicht, sich frei
bewegend,
legt sich auf die Spur
der fliegenden Vögel**

Ein weiteres altes Gedicht lautet:

Wenn wir die *Shamisen* (Jap. Saiteninstrument) spielen

Spielen es nicht mit den Fingern sondern mit dem Geist.

Spielen es ohne zu spielen, mit einem leisen Geist.

Wir vergessen uns selbst, wir vergessen das Instrument, welches wir

spielen, und unser Geist wird klar und durchsichtig, wie die feine Musik, die gespielt wird.

Wenn wir eins sind mit der Arbeit, dass ist der Geist frei von Trennung zwischen aussen und innen. Das ist der höchste Ort der inneren Fülle. Dieses wird auch der unbewegte Geist genannt, doch ist es kein Verstehen des unbewegten Geistes, sondern das direkte Erleben davon. Von dort kann das direkte Verstehen von „Jeder Tag ist ein guter Tag“ hervor kommen und ist somit auch dieser unbewegte Geist.

**Dahin wandern
schreite ich mit dem
Geräusch des
fließenden Wassers
Meine Sicht, sich frei
bewegend,
legt sich auf die Spur
der fliegenden Vögel**

Wir gehen jenseits von dem unserem Selbstbewusstsein und der dualistischen

Sichtweise und realisieren diesen erfüllten, vollen und wachen Geist, der im vollkommenen Einklang mit der Umwelt sich bewegt. Es ist kein Geist, der stehen bleibt an einem Ort. An nichts fest haltend, sich in alle zehn Richtungen ausweitend, im vollkommenen Einklang mit den Dingen und sich dabei frei bewegend. Dieses wird der wahre Meister und Weisheit genannt.

Egal was wir auch begegnen, wir werden nicht davon bewegt. Wenn unsere innere Essenz voll ist, dann ist es, als ob wir:

**Dahin wandern
schreite ich mit dem
Geräusch des
fließenden Wassers
Meine Sicht, sich frei
bewegend,
legt sich auf die Spur
der fliegenden Vögel**

Dieser volle, pralle Geisteszustand kann frei handeln, sich als Weisheit manifestieren, und

dieses ist die Bedeutung des Gedichtes. Wenn dieser Geisteszustand von innen her betrachtet wird, dann ist es tiefes Samadhi. Wenn diese Handlungsweise von aussen betrachtet wird, dann ist es tiefe Weisheit. Es wird die Berge, die Flüsse die Sterne, es wird der Mond, es wird die Vögel, die ohne eine Spur zu hinterlassen vorbei fliegen. All die zehn tausend Dinge werden vollkommen wahrgenommen, und dann gleich wieder los gelassen.

Im täglichen Leben gibt es sonnige Tage und regnerische Tage. Wir haben Tage, wenn alles gut läuft und andere, wenn es nicht so ist. Wir haben Schwierigkeiten und wir haben Glück. Wir haben die unterschiedlichsten Geisteshaltungen – so ist unser Leben. Der Geist, der alles erleben kann jedoch an nichts hängen bleibt – dieses ist unser gesunder Geist.

Unmon sagte:
„Jeder Tag ist ein guter Tag“ um diesen gesunden Geist aus zu drücken. Und dazu fügte *Setcho Zenji* die Worte:

**Dahin wandern
schreite ich mit dem
Geräusch des
fließenden Wassers
Meine Sicht, sich frei
bewegend,
legt sich auf die Spur
der fliegenden Vögel**

Dieses ist der Geist des tiefen Samadhis, wo sich nichts in den Weg stellen kann, und diese Essenz wird von *Setcho Zenji* zum Ausdruck gebracht.

Die Frische der Begegnungen eines jeden Tages wird erlebt, wenn wir in jedem Moment und in jeder Situation vollkommen eins werden und nichts zurück lassen. Das ist die Handlungsweise der Weisheit. Dieses ist genau: „Jeder Tag ist ein guter Tag“. In unserem täglichen Leben können wir diese Wahrheit erleben, und wenn wir es

für uns selbst erleben, dann können wir sehen, dass jeder Tag wahrlich ein guter Tag ist. Dieses ist der Weg des Buddhas, des Geistes Buddhas, unser klarer Geist, und vor diesem möchten wir uns tief verbeugen.

18.

壽山萬丈高

JUSAN BANJŌ

TAKASHI

**Ein Berg der
Glückseeligkeit zehn
Weiten hoch**

Dieses sind feierliche Worte. Sie werden in Japan zur Neujahrsfeier und zu Geburtstagen benutzt. Alle Menschen möchten lange leben. Einige mögen vielleicht ein kurzes Leben leben, doch das ist eine selbst bezogene Sichtweise. Ein langes Leben zu geniessen ist die Hoffnung aller. Besonders in China wird den älteren Menschen viel Respekt gezeigt, denn Alter bedeutet viele Jahre der Erfahrung. Um dieses zum Ausdruck zu Bringen, haben wir die Worte:

**Ein Berg der
Glückseeligkeit zehn
Weiten hoch.**

Lange zu Leben ist wie ein mächtiger Berg lange zu verweilen. Diesen Wunsch des

langen Lebens zum Ausdruck zu bringen, ist wie man einen mächtigen Berg betrachtet. Wir alle möchten ein respekterfülltes, langes Leben leben.

Geld kann uns die meisten Dinge kaufen, doch können wir nicht unser Leben verlängern, indem wir uns Lebensjahre kaufen. Mit der medizinischen Entwicklung ist es jetzt möglich, das Lebensende zu beeinflussen, doch können wir immer noch nicht das eigentliche Leben verlängern. Jede Person hat eine bestimmt Lebenslänge, und ein langes Leben wird bevorzugt. Wie in China, so werden ältere Menschen eher respektiert, und diese Sichtweise ist die Basis einer gesunden und stabilen Gesellschaft.

Doch während wir ein langes Leben leben möchten, müssen wir uns auch die Natur dieses Lebens anschauen. Wir versuchen in einer

ausgeglichenen Weise zu leben, wobei wir manchmal etwas jenseits unser Möglichkeiten und Fähigkeiten versuchen. Doch wenn wir unser Leben genau betrachten, so tun wir nichts, was nicht das beste für unser Leben wäre. Dieses bedeutet nicht, hart und fest an Ideen zu halten, wie wir leben sollten. Wenn wir das heutige Leben als wertvoll ehren, nicht zu sehr drücken und ihm Einklang mit unserer Essenz lebend, dann wird unser Leben in Balance sein. Wir werden vorsichtig leben und nicht zu sehr die Dinge forcieren. Wir werden nicht zu viele Stunden arbeiten und zu wenig zu schlafen. Wir werden auch nicht andere drücken und sie forcieren, was ihnen Schmerz und Leid bereiten würde. Wenn wir ein Leben leben, welches für uns am passensten ist, dann können wir anderen Herzen auch Ruhe bringen. Wir werden zu einer Person, die innere

Weite hat frei von einem Gefühl der inneren Irritiertheit. Diejenigen, die von einem Ort der Weite her sich bewegen, forcieren nichts auf sich selbst und auf andere. Sie rennen nicht herum und versuchen sich selbst unklar und konfus aus zu drücken. Sie sehen Dinge intensiv und klar und vorsichtig, so dass es allen Menschen Harmonie und Frieden bringt.

Wenn wir dieses selbst leben können, dann vertrauen andere uns auch. Wir können unser Potential erfüllen. Wir leben dann entsprechend der Worte: Jemand, den andere Glauben schenken, hat ein langes Leben. Ohne das wir es bemerken wird unser Leben länger. Dieses geschieht nicht aufgrund eines Wunsches oder einer Idee, denn dieses spiegelt sich auch in allen Menschen um uns herum wieder.

Es wird gesagt, dass zu der Zeit des Buddhas, Menschen

normalerweise dreißig oder vierzig Jahre alt wurden, und der Buddha lebte bis er achtzig war. Wenn er ging trug er einen Stab mit sich, der Geräusche machte, so dass die Insekten ihn hören konnten und er nicht aus Versehen auf sie treten würde. Selbst die grösseren Tiere wurden vom Buddha in Schutz genommen, und sie beschützten auch den Buddha. Er war vorsichtig, dass er nicht in einen See oder Fluss fallen würde, und er filterte das Wasser mit einem Stück Stoff. So lebte er sein tägliches Leben, alles und alle unterstützend. Er war sehr vorsichtig, dass er nie aus versehen auch das kleinste Insekt töten würde. Er lehrte nicht nur eine Lehre, sondern er lebte sie vollkommen.

Dieses ist ganz

klar

**Ein Berg der
Glückseligkeit zehn
Weiten hoch.**

Es ist eine sehr
balancierte Lehre, die

nicht nur intellektuelles Verstehen gab, sondern auch den praktischen Aspekt davon lehrte. In diesem Sinne passte der Buddha auf so so viele Wesen auf. Das ist etwas sehr wichtiges.

19.
福寿海無量
FUKUJU KAI MU RYŌ
Glück und langes
Leben so viel, wie der
Ozean tief ist

Der Buddha wurde auch *Chifuku Ryosokuson* genannt. Auch diese Worte wurden in China und im Orient zu feierlichen Situationen genutzt. In diesen Worten sind beide Worte enthalten *JU* und *FUKU*. *JU* bedeutet „langes Leben“ und *FUKU* bedeutet „Viel Glück“. Das sind die grundlegenden Wünsche der Menschen – lange leben zu können und genügend zum Überleben zu haben. Diese hat nichts mit Gier für etwas zu tun.

Diese Worte besagen, dass diese BLESSINGS so frei kommen, wie der Ozean tief ist. Es werden viele Fische aus dem Meer gefischt, auch andere Dinge können vom Meer benutzt werden, Korallen, Perlen, Seetang – all

dieses sind grosse Schätze. Heutzutage haben wir das Problem der Verschmutzung, und dennoch erhalten wir viele Schätze aus dem Meer.

Genauso wie in der Geschichte von *Rip Van Wrinkle* wird gesagt, dass ein hundert Jahre auf der Erde ein Jahr im Meer ist. Der Ozean ist somit ein Symbol für langes Leben.

Wie der andere Namen des Buddhas besagt, lebte jener im Einklang mit dem Dharma und lehrte dieses. Zu dieser Wahrheit zu erwachen war das Verstehen des Satori. Unseren Bodhisattva Geist hervorbringen und für alle in der Gesellschaft zu leben und dieses für unser ganzes Leben zu geloben bedeutet, im Einklang mit der Wahrheit zu sein. Da ist der wahre Weg der Menschen, die Wahrheit selbst. Wir werden zu den führenden Lichter der Menschen in der

Gesellschaft und eine Person, die Vertrauen und Glauben schenkt. Dieses ist die wahre Bedeutung von viel Glück, sein ganzes Leben über von diesem Gelübde her zu leben.

Dieses lange Leben des Meeres und das unendliche Glück des Meeres, beide zusammen an die Gesellschaft gebend, dieses ist die wahre Bedeutung des Bodhisattva Geistes. Jemand, der dieses gelobt und alles für alle Menschen gibt, diese Person kann das eigene kleine Selbst zurück lassen. Dann wird dieser Weg auch der Weg für andere in der Gesellschaft, und wir können dieses weiter geben und wahre, tiefe Freunde bringen. Diese Lebensweise wird von den Menschen in der Gesellschaft respektiert und deswegen wird gesagt, dass diejenigen, die diesen Weg gehen, immer genügend Kleidung, Essen und Unterkunft haben werden.

Wir sehen die Gesellschaft mit zwei Augen, doch sie sehen uns mit vielen, vielen Augen. Dieses bedeutet nicht, dass wir von ihrer Freundlichkeit abhängig sind, sondern, wenn wir alles für die Menschen in der Gesellschaft tun und geben, dann werden auch sie unsere Bedürfnisse nicht ignorieren.

Versteht diese Worte bitte so und versteht, dass wenn wir unser Leben und unsere Weisheit den Menschen geben, dass wir dann dort den tiefen Ozean gefüllt mit Glück und langem Leben finden werden.

20.

獨坐大雄峯

DOKU ZA DAIYŪHŌ

**Alleine auf dem
grossen Held Gipfel
sitzen**

Dieser Spruch stammt von *Ekai Zenji* (720-814), der auf dem Berg *Hyakujo* lebte. *Hyakujo Ekai Zenji* hinterliess die Sammlung *Hyakujo ShinGi*, welche alle Regeln und Anweisungen für das Leben in dem Zendo und in dem Kloster enthält.

Zu diesem Zeitpunkt war Zen in China recht verbreitet, nach den Worten des Sechsten Patriarchen. Es wurde nicht viel in Abgeschlossenheit geübt, sondern das Üben in einer Gruppe wurde vorwiegend betont. Dieses war unter der Leitung von den Nachfolgern des Sechsten Patriarchen, *Nangaku Ejo Zenji* und *Seigen Gyoshi Zenji*, und dann die weiteren, *Baso Doitsu Zenji* und *Sekito Kisen Zenji* – durch sie

erblühte Zen von Norden bis Südens Chinas.

Als Übende, die wie Wolken und Wasser sind, sich an einem Ort sammeln, dann ist es notwendig, klare Richtlinien für das tägliche Leben zu haben, und ein formelles System entwickelte sich darauf hin. Einige, die zu dem Kloster kamen, waren nicht dafür geeignet, und somit halfen Regeln dabei, sie auf den rechten Weg zu weisen.

Es war auch zu dieser Zeit, da sich der Grundriss eines Kloster entwickelte, die geomantische Anordnung der Gebäude. Die Zeremonien für jedes Jahr und für jeden Anlass wurden fest gelegt, weiterhin auch die Regeln für das tägliche Leben im Kloster, die Aufteilung der Sutren und auch die Übung des Zazens wurden genau beschrieben und festgehalten. Wie wir heutzutage gemeinsam üben, als Sangha uns bewegen und arbeiten,

wie wir Tee trinken, Gaben von den Gläubigen an nehmen und wie wir uns im Zendo verhalten – all dieses wurde von *Hyakujo Zenji* in seinen berühmten *Hyakujo ShinGi* festgehalten.

Viele Aspekte unserer Übung des Buddhismus kann man nicht im alten Indien finden. Ein Beispiel dafür ist die *Samu*, die Gruppenarbeit. In Indien war Arbeit für die Mönche verboten, damit sie nicht beim bearbeiten der Felder unbemerkt ein Insekt töten würden, und somit gingen sie jeden Tag auf *Takuhatsu* – Almosengang. Sie waren auf diese Gaben angewiesen, und so übten sie. Doch in China sammelten sich manchmal 500 bis 1000 Mönche, und all sie konnten nicht auf Almosengang gehen. Es wurde daher notwendig für die Mönche, sich selbst im Tempel zu versorgen und auch Gemüse an zu pflanzen.

Von *Hyakujo Zenjis* Zeit an wurde es notwendig, selbst *Samu* zu tun und dieses wurde als ein wichtiger Teil der Übung integriert.

Hyakujo Zenji plante und beschloss diese Regeln ganz vorsichtig. Wir sehen *Bodhidaruma* und den Sechsten Patriarchen als die eigentlichen Patriarchen des Zen an, doch war es *Hyakujo Zenji*, der die Zen Sekte gründete und festlegte. *Hyakujo Zenji* beschloss nicht nur die Regeln, er selbst lebte sie auch noch im hohen Alter von 95 Jahren. Bekannt sind seine Worte: „Ein Tag ohne Arbeit ist ein Tag ohne Essen“. Diese Worte kamen aus dem bescheidenen Geist von *Hyakujo Zenji*, in seiner Übung voll aufgehend.

Im hohen Alter, da er gereift war in seiner Übung, fragte ihn ein Mönch: „Was ist das Wichtigste? Wofür sollten wir am meisten Dankbarkeit verspüren?“

Oftmals denkt man, dass es im Religiösen eine grössere Kraft gäbe, für die man dankbar sein sollte, eine mystische Energie, welche jenseits von dem wissenschaftlichen Verstehen ist. Wir alle müssen selbst unser Leben betrachten, was es ist, wofür wir dankbar sind, was das aller wichtigste ist.

„Was ist das Wichtigste?“ In einem religiösen Kontext würde man normaler Weise Buddha oder Gott antworten. Wenn jedoch die Weise, wie wir Gott oder Buddha sehen in allen Religionen und Kulturen unterschiedlich ist, wie kann dann Gott oder Buddha das sein, was gleich ist für alle Religionen und alle verbindet? Wie *Shotoku Daishi* schrieb in seinem Grundgesetz: Es muss das gleiche Zentrum für alle Menschen in allen Ländern sein und gleich sein für jeden Menschen. Es muss diesen Ort geben, da wo wir alle

gleich sind, wo wir alle gleichermaßen zur Ruhe und Stille finden. Wenn wir diesen Ort selbst nicht erlebt haben, dann können wir diese Freiheit nicht an andere weiter geben. Und wenn wir dann an diesem Ort angekommen sind, dann können wir es nicht mehr Gott oder Buddha nennen. Dann kann man nicht mal mehr von dem Wichtigsten sprechen, was alle Menschen in Wunder erleben. Wenn wir nicht so weit hinein graben, dann können wir nicht das Wichtigste sehen, wofür wir dankbar sind.

Dieser Mönch nahm diese Frage nicht als Vorwand. Es war zu jener Zeit eine sehr besondere und ungewöhnliche Frage. Dieser Mönch hatte schon den ersten Einblick in eine Erfahrung gehabt, die er erlebt hat. Doch obwohl er es erlebt hat, schaute er auf die Antwort, und hätte der Lehrer ihm in einer formellen Weise

geantwortet, dann hätte er die Antwort vollkommen von sich gewiesen. Er hatte eine scharfe Essenz, und mit dieser scharfen Essenz grub er in *Hyakujo* hinein. Wenn die Antwort Buddha oder Dharma gewesen wäre, dann wäre er überhaupt nicht zufrieden gewesen.

Auf diese Frage antwortete *Hyakujo* : „Alleine auf dem grossen Held Gipfel sitzen.“ Auf so eine Antwort war der Mönch nicht gefasst. Wenn wir die Bedeutung von „Alleine auf dem grossen Held Gipfel sitzen“ betrachten, dann bemerken wir, dass noch nicht einmal ein halbes Wort oder ein ganzes Wort der rationalen Erklärung dieser Antwort nahe kommen. Diese Antwort ist so direkt.

Wahrscheinlich konnte der Mönch, der die Frage gestellt hatte, nicht antworten; er konnte der Antwort von *Hyakujo* nicht nahe treten. *Hyakujo* Zenji sagte: „Alleine auf dem

grossen Held Gipfel sitzen“. Der Berg, wo sein Lehrer lebte, hiess Grosser Held Berg und war als einen Ort der Übung und Strenge sowohl von *Hyakujo* wie auch seinem Lehrer bekannt. *Hyakujo* Berg hatte so viele Täler und Gipfel, man konnte sie alle nicht genau kennen. Wahrscheinlich hatte selbst *Hyakujo* einen solchen Ort in sich.

Religionen beginnen bei einem wahren tiefen Erlebnis. Wir würden etwas nicht Religion nennen, wenn es nicht diese tiefe Essenz besässe. Um dieses Erlebnis zu machen, müssen wir alleine gehen, um zu spüren, dass wir alleine sind, um alleine zu sein. Religion ist die wahre tiefe Essenz eines jeden und die tiefe Klarheit darum. Wir können dieses nicht von anderen erhalten. Wir können nicht wahrhaftig klar werden durch etwas, was wir von anderen erhalten.

„Alleine auf dem grossen Held Gipfel sitzen“. Hier haben wir den Grossen Gipfel und *Hyakujo* – oder ist *Hyakujo* der grosse Gipfel? Die wahre Essenz von *Hyakujo* kommt durch diese Worte zum Ausdruck, und wir können seinen Geisteszustand klar erleben. Dieser klare Geist sucht nach nichts mehr. Bei seinen Schritten hält er kein bisschen an seinem Körper fest. Es gibt da keine Begierden, die gehasst werden müssen. Und keine Erleuchtung, nach der gestrebt werden müsste. Keine Höllen, vor denen man Angst haben müsste, und keine Himmel, wo man um Einlass bitten müsste. Keine ignoranten Wesen, auf die man hinab schauen müsste, und keine Buddhas, zu denen man hoch schauen müsste. Diese Freuden und das Leiden sind alle unter dem Sitzkissen von *Hyakujo*. Das ist der glücklichste Ort.

Was ist der höchste Ort? Mein Sitzen hier und jetzt. Die Worte sind einfach und klar. Wir gehen auf der Erde mit unseren eigenen Füßen. Wir sind nicht abhängig von Götter und Buddhas, sondern wir kennen diesen Ort durch unsere eigene Erfahrung. Es gibt nichts direkteres oder wahreres als dieses. Hier ist ewige Zeit und Raum – hier an diesem Ort. Ohne die Tiefe zu kennen, was ist da? Diese Lebensenergie, durch die die Sonne scheint und die Luft uns umhüllt, und das Wasser löscht unseren Durst, die Vögel singen und die Blumen blühen. Alle Menschen in der Gesellschaft arbeiten und hoffen, dass sich nichts schreckliches ereignen mag. Doch unter all diesen Menschen in der Gesellschaft gibt es nicht eine Person, die nicht diese innere Schönheit und Tiefe habe, oder warum wären wir geboren worden?

„Alleine auf dem grossen Held Gipfel sitzen“. Dieses ist ganz offensichtlich, und hier können wir den zentralen Punkt aller Religionen und Kulturen sehen.

21.
曹源一滴水
SOGEN ITTEKI SUI
Ein Tropfen Wasser
von Sogen

Als der Mönch, der später der nationale Lehrer *Fukusho* werden sollte, dem Kloster des Gründers der *Hogen* Linie beitrug unter *Hogen Buneki Zenji* (858-958), war er schon viele Jahre bei Meister *Sozan* gewesen. Weil er dachte, dass er schon Erleuchtung erlebt habe, lebte *Fukusho* im Kloster ohne zum Sanzen zu gehen.

Eines Tages fragte ein Mönch *Hogen*: „Was ist der eine Tropfen Wasser von *Sogen*?“ Der Mönch fragte nach dem Dharma, der Wahrheit, die vom sechsten Patriarchen weiter überliefert wurde, was ist es? Er fragte nach der Essenz der Lehre des Dharmas, welches vom Tempel *Sogen* floß. „Der eine Tropfen Wasser von *Sogen*“ – *Hogen* antwortete ohne Pause:

„Dieses ist der eine Tropfen Wasser von *Sogen*.“ So antwortete er. Doch der Mönch, der diesen Austausch initiiert hatte, verstand die Bedeutung der ihm gegebenen Antwort nicht. Er verbeugte sich und ging.

Als *Fukusho*, der hinter dem Mönch stand, diesen Austausch hörte, hatte er plötzlich eine tiefe Erleuchtung. Obwohl er dachte, dass er schon erleuchtet war bei dem Meister *Sozan*, bemerkte er jetzt, dass er noch weiter zu gehen hatte. Er hatte noch nicht vollkommen verstanden. Doch jetzt war sein Geist vollkommen gereift und durch dieser direkten Ausdruck von *Hogen* Roshi war er vollkommen erwacht.

Die Worte „Ein Tropfen Wasser von *Sogen*“ handeln von dem Fliessen des Wassers – von der Essenz des Dharmas – welches von dem Berg *Sokeizan* floss, der Berg des Sechsten

Patriarchen. Das ist der höchste Ort des Zen, wo Worte und Sprüche nicht mehr reichen. Es ist der wahrhaftigste Ort in Zen, der Puls der Wahrheit des Sechsten Patriarchen.

In Okayama lebet ein Zen Meister *Gisan Zenrai Zenji*, der diese Worte wunderbar nutze. Ein Mönch, der bei ihm übte wurde tief erleuchtet, da er diese Worte hörte, und nahm später den Namen *Tekisui Zenji* an, was „Ein Tropfen Wasser Mönch“ bedeutet. Diese Episode wird in *Sogenji* weiter gegeben.

Im Jahre 1837 als sein Lehrer *Taigen Shigen Zenji* starb, wurde *Gisan Zenrai Zenji* der Abt von *Sogenji* und unterrichtete viele Schüler. Viele Mönche sammelten sich zum Üben, oftmals mehr als ein hundert gleichzeitig. Unter ihnen war einer mit dem Namen *Giboku Zenji*, dessen Aufgabe es war, ein Bad für den Meister her zu richten. Er war gerade 19 Jahre alt,

alt genug, um zu glauben, dass er schon etwas Verstehen habe. *Giboku Zenji* hatte zuerst in Kyoto geübt, doch konnte er keinen guten Lehrer finden und ging somit nach Okayama, da er gehört hatte, dass Meister *Gisan* ein guter Roshi sei. Zu jener Zeit waren die Mönche äusserst arm, und er lief zu Fuss nach Okayama von seinem grossen Gelübde getragen, kam in Okayama mit kaputten Sandalen und ganz ärmlich an.

Er ging zu *Sanzen* und konnte nicht einmal ein paar Räucherstäbchen als Gabe geben, und somit gab er dem Roshi einen Pinselhalter, den er einmal geschenkt bekommen hatte.

Giboku war erst kurze Zeit in *Sogenji* gewesen, da er an die Reihe kam, ein Bad für den Roshi her zu richten. Das Badewasser war etwas zu heiss, somit brachte er von dem Brunnen einige Eimer mit

kalttem Wasser, um das Bad ab zu kühlen. Als es die richtige Temperatur hatte, stellte er den letzten Eimer beiseite. Als er noch mehr Wasser holen wollte, kippte er die letzten Tropfen Wasser auf den Boden des Bades. Da er sowieso mehr Wasser holen musste, dachte er wohl, dass die letzten Tropfen nicht so wichtig sein.

Gisan Zenrai Zenji sah dieses und sagte zu ihm: „Was hast du da gerade getan?“ – „Ich bin Wasser holen gegangen.“ – „Was hast du getan, bevor du das Wasser holtest?“ – „Ich kippte das letzte Wasser aus,“ sagte *Giboku* leicht. – „Wenn du mit diesem Geist übst, dann egal wieviel und wie hart du übst, du wirst nie wirklich erwachen. Das ausgeschüttete Wasser – wie kann es genutzt werden? Wenn du es auf eine Pflanze schüttest, dann wird dieses Wasser zu dem Leben der Pflanze, und auch das Wasser wird neues Leben

erhalten. Wenn du es auf die Gurken im Garten giesst, dann werden jene neues Leben erhalten, und auch das Wasser wird zufrieden sein!"

Dieses ist die Lebensweise eines Mönches, allem Leben zu schenken, doch kann man dieses nicht tun, wenn man so abwesend ist. So wurde *Giboku* zurecht gewiesen. Da er 19 Jahre alt war, dachte er, dass er schon verstanden hätte. Doch als er zurecht gewiesen wurde sah er, wie klein sein Verstehen war, da er selbst nicht einmal etwas so einfaches wie ein Tropfen Wasser verstehen konnte. Ein einziger Tropfen Wasser lehrte ihn, dass er mit seiner Übung neu beginnen müsse, was er auch tat, bis er später ein grosser Zen Meister wurde.

Heutzutage ist Wasser meist leicht erhältlich, obwohl es immer noch Orte und Zeiten der Wasserknappheit gibt.

Allzuleicht verschwenden wir Wasser und nutzen es unüberlegt. Die Regentropfen fallen vom Himmel, einer nach dem nächsten, sie fallen auf Blätter oder auf Bäume, oder auf die Steinwand und erst, wenn all diese Tropfen zusammen finden, dann kann ein kleiner Bach entstehen. Diese kleinen Bäche treffen sich und fliessen zusammen, und ein Fluss entsteht, und all diese Flüsse enden wiederum im Meer. Es anders gesagt: die Quelle eines Ozeans ist ein Tropfen Wasser. Jeder einzelne Tropfen hat seine eigene Funktion, ein wenig Wasser hat seine Funktion, mehr Wasser hat seine Funktion. Dieses ist tiefe Weisheit, wenn man das Potential einer jeden Wassermenge nutzen kann, egal ob klein oder gross. Zen ist die Kultivierung dieser klaren und tiefen Sichtweise, welche in jedem Moment genau weiss, wie zu handeln ist.

Diese Weisheit handelt nicht von kleinen Informationen zusammen gefügt, sondern die Art von Weisheit, die durch alle Dinge bis zu ihrer Essenz hin schauen kann. Es erlaubt uns, jedes Ding zu nutzen, egal was es auch sein mag. Diese Tiefe des Geistes ist Zen. In diesem Sinne weckte *Gisan Zenrai Zenji* seine Schüler ständig auf. *Tekisui Giboku Zenji*, der diese Weisheit erhielt, nutze sie sein ganzes Leben über. Kurz vor seinem Tod schrieb er das folgende Gedicht:

Ein Tropfen von Sogen
Für 74 Jahre
Wurde er genutzt, nie
aufgebraucht,
in Himmel und Erde.

Und diese Worte schreibend starb er. Für 74 Jahre nutzte *Tekisui Giboku Zenji* die Lehre des Wertes von einem Tropfen Wassers, welche er in Sogenji erhalten hatte. Er nutzte sie und gab ihr Leben, doch

konnte er sie nicht aufbrauchen.

Wenn wir Geld ausgeben, dann hat es ein Ende. Wenn wir Gegenstände lange nutzen, dann werden sie alt, doch je mehr wir die Lehre nutzen, um so scheinender und strahlender wird sie. Sein ganzes Leben lang gab *Tekisui* der Lehre eine Funktion durch Himmel und Erde reichend. Dank dieser Lehre war die Handlungsweise möglich. Er nutzte die Metapher des Wassers um über die Buddha Natur zu sprechen. Diese Wahrheit, dieses Erwachen seines wahren Auges, darüber lehrte er.

Von der Linie von *Gisan Zenrai Zenji* kam auch der Abt von *Engakuji* in *Kamakura*, *Imata Kosen*. *Imata Kosen's* Linie wurde weiter geführt von *Shaku Soen*, der bei dem Weltkongress der Religionen vor mehr als 100 Jahren die erste Buddhistische Lehrrede in Amerika hielt. Der Schüler von *Shaku*

Soen war *D.T. Suzuki*, welcher einer der besten Übersetzer von buddhistischen Texten ins Englische war. Dieser eine Tropfen Wasser, dieser eine Tropfen der Lehre wird heute in der ganzen Welt Leben gegeben.

In Kyoto wurde das Kloster *Myoshinji* von dem Schüler von *Gisan Zenrai Zenji* mit dem Namen *Ekkei Shuken* eröffnet, und das Kloster *Tenryuji* wurde von *Tekisui Zenji* eröffnet. In *Osaka*, in *Sake* wurde das Kloster *Nanshuj* eröffnet. *Gisan Zenrai Zenji* lehrte auch *Shokokuji's Daisetsu Joen* und *Ogino Dokuen*. Wir können sehen, dass vor mehr als 100 Jahren der starke Strom des Zen von dieser überfließenden Weisheit der Lehre des einen Tropfen Wassers kam, und von Japan fließt er weiter in andere Länder.

Die Lehre von dem Sechsten Patriarchen, da er das Beispiel von einem

Tropfen Wasser nahm, betrachtete *Gisan Zenrai Zenji* mit viel Respekt. Er machte dieses real, indem er diese Lehre an viele Schüler weitergab. Von jener Zeit an und bis heute noch, wird dieser Lehre grosses Leben gegeben.

22.

直心是道場

JKISHIN KORE DŌJŌ Der gerade Geist ist der Ort der Übung

Diese Worte stammen von dem *Vimalakirti* Sutra. Der Buddha wusste, dass der Laie *Vimalakirti* sich gerade ausruhte, weil er krank war, somit bat er seine Schüler darum, *Vimalakirti* besuchen zu gehen. Da jedoch all seine Hauptschüler und Bodhisattvas schwierige Erlebnisse mit *Vimalakirti* in der Vergangenheit gehabt hatten, lehnten sie alle die Bitte des Buddhas ab und sagten, das sie nicht auf einen Besuch gehen könnten.

Koun Doji war einer von ihnen, der gefragt wurde, ob er gehen könne, und der es abgelehnt hatte.....

23.

歩々是道場

HOHO KORE DŌJŌ **Jeder Schritt ist der** **Ort der Übung**

...Er erklärte eines Tages, nachdem er in *Vaisali* spazieren gegangen war, als er gerade die Stadt verlassen wollte, dass er *Vimalakirti* traf. Er fragte *Vimalakirti* spontan, wo jener gewesen war, und *Vimalakirti* antwortete, dass er gerade vom *Dōjō* (Ort der Übung) zurück gekommen sei. Da es natürlich kein *Dōjō* ausserhalb der Stadt gab, war *Koun* sehr verwundert über diese Antwort. Somit bat er *Vimalakirti*, es zu erläutern. Jener antwortete:.....

24.

歩々起こ清風

HO HO SEIFŪ O **OKOSU** **Klarer Wind kommt** **bei jedem Schritt auf**

„Der gerade Weg – das ist das *Dōjō*. Wenn du denkst, dass das *Dōjō* ein Ort oder ein Gebäude ist, dann ist es ein Problem. Wenn du denkst, dass ein *Dōjō* ein Gebäude sei, zu dem du gehen kannst und das du wieder verlassen kannst, dann wird die Essenz deines Geistes nie stabil sein.“

Der Buddha sagte: „Wenn du ständig dieses Dharma erlebst, egal wo du bist, dann wird der Körper des Dharmas immer lebendig sein und ohne Tod sein.“ Als der Buddha dieses sagte, sprach er über ein *Dōjō* der Form und des Platzes? Der gerade Weg ist der Ort der Übung, das *Dōjō*. *Dōjō* ist der gerade Geist, der nicht das wahre Selbst auf andere Wege führt – das ist ein *Dōjō*.

Ein Dōjō ist Shakyamuni Buddha. Und deswegen sagte der Buddha zu Ananda: „Gehe zu deinem Selbst und nehme es als dein Licht der Führung, suche Zuflucht in dir selbst. Gehe zu dem Dharma für das führende Licht, gehe zum Dharma als Zuflucht. Gehe nirgendwo anders hin, um Zuflucht zu finden.“

Zu einem anderen Zeitpunkt sagte der Buddha: „Die, die das Dharma sehen, sehen mich. Die, die mich sehen, sehen das Dharma.“ Die Zeiten mögen sich ändern, es mag keine Tempel oder Ort der Verehrung in der Nähe geben, doch egal ob wir in der Stadt arbeiten oder ob wir im Wald spazieren gehen, egal wo wir sind, dort ist das Dōjō.

In Indien gibt es viele heilige Stätten, doch wo ist der lebendige Buddha? Weil unser Körper geboren wird, deswegen gibt es auch Tod. Das ist die

Missverstehen von Geburt und Tod. Von diesem Missverstehen befreit zu sein wird „Befreiung“ genannt. Der Buddha sagte auch, wenn wir traurig werden, weil wir dem Tod begegnet sind, dann müssen wir uns sogleich von der Vorstellung von Leben und Tod trennen. Wir können dieses tun, indem wir an keinen Gedanken in unserem Geist fest halten. Es gibt den Schmerz des Lebens und des Sterbens, und es gibt die Welt frei von Schmerz. Und wo ist die Welt des Schmerzes? Diese Welt liegt direkt in unserem Geiste, so lehrte uns der Buddha. Wenn wir unseren Geist kennen, dann wird die Furcht in unseren Herzen sofort schmelzen. „Dieses ist das Land des Lotusse und dieser Körper ist der Körper Buddhas.“

Wenn unser Geist befreit ist, dann egal wo wir hin gehen, an jedem Ort wird der klare Wind auf kommen. Wenn wir

das Dharma des tiefen Geistes verstehen, dann können wir diesen Geist jeden Tag erleben. In allen weit entfernten Winkeln der Welt, wir werden uns nie davon trennen können. Jeder Schritt ist der Ort der Übung.

25.

萬里一條鐵

BANRI ICHI JŌ NO

TETSU

**Ein Stab Eisen für
zehn Tausend Metern**

Der grosse und bekannte Meister *Joshu* (778-897) lebte ein langes Leben, bis er 120 Jahre alt war. Als er schon im hohen Alter war und gereift war, fragte ein Mönch ihn: „Mir ist es noch nicht möglich, zu der Wahrheit zu erwachen. Ich habe an diese und jene Tür geklopft, dieses und jenes gelesen, wie ein streuender wilder Hund, voller Begierden und Anhaftungen. Jemand wie ich, der so ignorant ist, wo kann da die Buddha Natur sein?“

Der Mönch war demütig, geradle und ehrlich, mit einer wahren Frage und innerer Unklarheit, die Mönche begegnen müssen. Der alte Meister *Joshu* antwortete: „MU“.

Seit dieser Zeit von *Joshu* haben Leute

der Übung dieses Wort benutzt, um immer mehr Fleisch ab zu schneiden und Tränen des Blutes zu weinen. Unser Leben auf die Messerklinge legend und unsere Lebensenergie ab schabend, so erlegen wir diesem Angriff. Heute, selbst 100 Jahre später, ist er immer noch ein Monster, welches wir nicht berühren können. Mit diesem Wort: „MU“ hat *Joshu* nicht die Lehre des Buddhas verneint und auch nicht die Qualität der Buddha Natur.

Ein klar sehender Laie, der durch dieses genau schauen konnte, sagte, dass Illusionen und Unklarheit eine Teilung in dem Bewusstsein sind. Kurz nach unserer Geburt fangen wir an, verschiedene Informationen zu sammeln, doch das ist eine Quelle der Unklarheit, die wahre Essenz unseres Leidens. Mit diesem MU schnitt

Joshu vollkommen durch dieses Bewusstsein.

Joshu MU wurde sehr bekannt gemacht durch die Person, die die Sammlung „Mumonkan“ heraus gab. Es war *Mumon Ekai* (1183-1260). Er selbst arbeitete an dem Koan MU in Sanzen, mit ihm für sechs Jahre ringend. Als er die Trommel in dem Hondo hörte, brach er vollkommen durch.

Meister *Mumon Ekai* hatte sich darum bemüht und Befreiung erlebt. Diejenigen, die ihr Leben mit diesem Koan auf die Messerschneide legen, können sehen, wie gutmütig und von welcher direkten Erfahrung er sprach. *Mumon Ekai* schrieb, dass, um diesen Geist zu erleben, müsse man vollkommen eins werden mit diesem MU. Mit unserem ganzen Körper und Geist, konzentrieren wir uns völlig auf dieses MU und schmelzen in dieses MU hinein. Wir werden dieses MU vollkommen, den ganzen

Tag über, von Morgens bis abends, und von abends bis morgens, vollkommen jeder Atem von MU werdend. Unser Bewusstsein wird wie ein Schwert des MU, und damit schneiden wir alles, was auf uns zu kommt. Wir schneiden alles, was in unser Bewusstsein kommt, durch die Augen, die Ohren, durch die Nase, durch den Mund. Wenn wir so für eine Woche, einen Monat, ein Jahr alles wegschneiden, dass in unserem Bewusstsein auftaucht, dann werden wir ganz natürlich in das Samadhi des MUs eintreten. So lehrte er uns voller Barmherzigkeit. Er spricht hier von seiner eigenen Erfahrung.

Dann werden wir eins mit Himmel und Erde. Jede Trennung zwischen dem gesehenen Objekt und dem sehenden Subjekt verschwindet vollkommen. Wir sitzen vollkommen inmitten der Fülle des MUs. Nur in diesem Moment können

wir um die Fülle wissen, die vor jeglicher Trennung schon existierte. Wir kehren dahin zurück, und zum ersten Mal verstehen wir die Quelle unseres Schmerzes.

Menschen von früher nannten diesen Geist frei von Trennung zwischen aussen und innen den Ort von einem Stück Eisen 10 Tausend Meter lang. Ohne dieses Erlebnis können wir nicht über das Buddha Dharma sprechen.

Dieser durchsichtige, klare und volle Geisteszustand von MU ist sehr ruhig, doch liegt dort noch nicht das freie Handeln. Nach sechs Jahren Meditation und Üben trat der Buddha in dieses tiefe Samadhi ein, als er den Morgenstern erblickte am Morgen des 8en Dezembers. Er wurde tief erleuchtet und erlebte eine vollkommen ihm neue Lebensenergie.

Das ganze Buddha Dharma basiert auf dieses tiefe Erwachen

des Buddhas. Die Basis des Egos, die Basis aller Lebensenergie, der Existenz, der wahre Meister von allem wurde hier realisiert, und durch diese Erfahrung konnte wahres Erwachen stattfinden. Zu Erwachen, wahres Satori zu erleben bedeutet, den wahren Wert eines jeden Lebens zu verstehen. Es geht nicht nur darum, Gott im Himmel zu loben, oder über Dinge mit einem Konzept, als eine himmlische Führung zu sehen. Es geht darum zu erleben, dass die wahre Quelle aller Dinge in unserem Bewusstsein liegt. Dieses müssen wir klar sehen.

Ist in diesem Geist ein Moment der Reinheit oder der Anhaftung? Davon hängt die Bedeutung und der Wert der ganzen Existenz ab. Dieses ist wahrlich ein Stück Eisen 10 Tausend Meter lang. Mit diesem Geisteszustand kann die ganze Welt gereinigt werden, und

von dort kommt die Welt des Friedens.

26.

本来無一物

HONRAI MU ICHI

MOTSU

**Von Anbeginn existiert
kein einziges Ding**

Diese Worte, genauso wie die Worte von *Unmon*: „Jeder Tag ist ein guter Tag“ werden oft benutzt. Es sind die Worte des Sechsten Patriarchen *Rokuso Eno Zenji*. Der Sechste Patriarch war die sechste Person in der Linie von Bodhidharma. Erst war es *Bodhi Dharma*, der noch eine Art des Zen lehrte, die sehr geprägt war von seinem Heimatland Indien. Es war der sechste Patriarch, der dieses in eine Chinesische Art des Zen änderte und dem Zen eine chinesische Atmosphäre gab. Durch das Zen des Sechsten Patriarchen wurde das Buddha Dharma auf einer Art lebendig, die wir noch heute haben.

Vom Sechsten Patriarchen wurde das Zen später durch die fünf

Blütenblätter der fünf Schulen des Zen in China lebendig gehalten, insgesamt waren es dann sieben Sekten. Diese Linien dehnten sich in China aus und kamen ganz bis nach Japan. Doch die Quelle davon war der Sechste Patriarch. Unser Geisteszustand des Zazen wurde sehr von diesem Sechsten Patriarchen beeinflusst. Er lehrte die Grundlagen des Zen nieder, die wir auch heute noch lehren und danach leben.

Als er diese Worte schrieb, war der Sechste Patriarch noch in der Übung auf dem Gelben Pflaumen Berg unter der Leitung von *Goso Gunin Zenji*, dem fünften Patriarchen. Der Vertreter des Fünften Patriarchen war *Jinshu Joza*, der dieses Gedicht geschrieben hatte:

Unser Körper ist der
Bodhi Baum,
unser Geist ist der klare
Spiegel.
Vorsichtig putzen wir ihn
ständig,

so dass sich kein Staub
setzen kann.

Es bräuchte viele Worte, um hier diese Geschichte vollkommen dar zu stellen, doch um es einfach zu sagen war *Jinshu Joza* der höchste Mönch auf dem gelben Pflaumen Berg Kloster und sollte als Nachfolger des Fünften Patriarchen *Goso Gunin Zenji* nominiert werden. In dem Gedicht, welches *Jinshu Joza* geschrieben hatte, beschrieb er, dass unser Geist wie der Körper der Erleuchtung sei, eine wichtige Grundlage für unsere Erleuchtung. Der Geist ist wie ein klarer Spiegel, auf dem sich Staub sammelt, und deswegen verlieren wir unsere klare Sicht. Wenn wir ihn jedoch putzen, dann verlieren wir unsere klare Sicht nicht und werden immer in dem Geist der Erleuchtung des Buddhas bleiben können. So schrieb *Jinshu Joza*.

Als der spätere Sechste Patriarch *Eno Zenji*, dieses Gedicht hörte, sagte jener, dass dieses Gedicht von jemanden geschrieben wurde, der sich noch ausserhalb der Tores befand, der noch nicht eingetreten war. So sah er das Gedicht von *Jinshu Joza*. Er selbst schrieb als Antwort das folgende Gedicht:

Es gibt keinen Bodhi Baum,
noch eine Halterung für den klaren Spiegel.
Von Anbeginn existiert nichts,
wo kann sich da Staub ansammeln?

So sagte es der Sechste Patriarch. Es gibt keinen Baum der Erleuchtung. Der physische Körper ist ein Quelle der Unverständnis. Wir werden davon frei, indem wir ihm nicht all unsere Aufmerksamkeit geben. Unser Geist mag wie ein Spiegel sein, doch diese Metapher ist wiederum nur ein Konzept. Wenn es

überhaupt noch eine Idee gibt, dass es so etwas wie einen Spiegel gibt, das ist ein Fehler. Von Anbeginn gibt es kein einziges Ding. Unser Geist ist vollkommen leer. Keinen einzigen Geistesmoment zu haben ist unser eigentliche Geist. Dazu zu erwachen ist das Erleben von Satori. Selbst wenn es Staub geben sollte, es könnte sich nirgendwo ansammeln.

An einem anderen Punkt sagte der Sechste Patriarch: „Liebe Schüler, in unserer Sekte des Dharmas hat es von Anbeginn nie einen einzigen Moment gegeben. Dieses ist unsere Sekte. Unsere Substanz hat keine Form. Unsere Quelle ist, dass es keinen Ort des Verweilens gibt.“

Von der Zeit des Buddhas und auch unserer Patriarchen war die zentrale Lehre, dass es nichts gibt, woran man sich halten kann. Dieses ist unsere

grundlegende Einstellung, dass wir an nichts festhalten. Wenn wir dieses sagen, dann ist es natürlich einfach in den Nihilismus zu verfallen. Deswegen erklärt der Sechste Patriarch weiter, dass an nichts zu halten bedeutet, keine Dinge im Geist zu tragen, an die wir uns haften. Menschen denken immer etwas – so ist es nun mal. Doch wenn wir über Dinge nachdenken, die nicht notwendig sind, dann können wir leicht an ihnen haften. Wenn wir jedoch über notwendige Dinge nachdenken, dann bleiben wir nicht so leicht dran hängen. Sie sofort wieder los zu lassen, sie sofort wieder zu vergessen – das ist die Bedeutung von Geistesmomente zu haben und nicht an ihnen fest zu halten. Wir sprechen und sind uns nicht des Sprechens bewusst. Wir arbeiten und wir haben kein Bewusstsein, dass wir arbeiten. Wenn wir

gehen, dann haben wir kein Bewusstsein, dass wir gehen, wenn wir sitzen sind wir uns dessen nicht bewusst. Das ist der wahrlich gesunde Geist der Menschen. Während wir über Dinge nachdenken müssen, so können wir sie auch wieder loslassen, sobald wir damit fertig sind. Das ist die Bedeutung von „Von Anbeginn besteht kein Ding“. Das ist kein Nihilismus.

Weiterhin führt der Sechste Patriarch weiter, die Abwesenheit von Form bedeutet, dass wir nicht an der Form haften und auch nicht davon getrennt sind. Diese Abwesenheit der Form ist die wahre Basis unseres Geistes. Natürlich hat unser eigene Geist keine Form. Doch das, was manifestiert wird, ist ein Körper mit Form und Gestalt. Jede Person hat unterschiedliche Charakter, wir alle leben ein anderes Leben mit anderen Gesichtern.

Doch wir alle sind in unserer Form leer, und in diesem Ort sind wir alle gleich. Dieses ist die Essenz der Leere der Form. Säubern, Kleidung waschen, von morgens bis abends führen wir unsere Arbeit fort ohne uns hin zu setzen, und gleichzeitig tun wir es frei von dem Selbst Bewusstsein, dass wir uns bewegt haben. Wir werden die Blume, wir werdend der Vogel, wir werden die Berge, wir werdend der Ozean, wir werden alles, das wir hören und sehen. „Von Anbeginn existiert kein Ding“. Dieses ist kein Ausspruch des Nihilismus.

„Unsere Quelle liegt dort, wo es keinen Ort der Verweilens gibt.“ Nirgends zu verweilen bedeutet, dass unser Geist nirgendwo aufgehalten wird. Was auch immer wir begegnen, wir lassen es sofort wieder los, wie fließendes Wasser, das sich nicht bewegt und zu Eis erstarrt, wie Elektrizität, wenn sie

nicht fließt, dann kann sie kein Licht und Energie spenden.

Solange wir Menschen sind, müssen wir klar sehen, was gut und was schlecht ist. Den Unterschied zwischen den beiden zu sehen, das ist die Buddha Natur, doch wenn wir nur an dem guten Festhalten, dann vergammelt unser Geist und wird hart und unbeweglich. Wir verlieren unsere Flexibilität. Und es kann noch schlimmer kommen, wenn wir an schlechten Dingen haften, dann tun wir kriminelle Taten, eine nach der nächsten. Unser Geist lässt dann sogar die guten Dinge vorbei fließen.

Wenn wir an dem Schlechten fest halten, dann werden wir hart und eng im Geist. Schöne Dinge als schön sehen, hässliche Dinge als hässlich sehen - das ist die Funktionsweise unseres Geistes. Das ist der normale Verstand. Doch während wir die Unterschiede zwischen

ihnen sehen, halten wir nicht dran fest. Dieser Geist, der nicht stehen bleibt ist unser eigentliche klare Geist. Stehen bleiben und hart und eng im Geist sein ist nur Ego. Wenn wir etwas ablehnen, dann können wir diese Einstellung schwer loslassen. Wenn wir etwas mögen, dann tun wir alles mögliche, um es zu erhalten. Das ist die Krankheit unseres Geistes. Wenn wir in jedem Moment keinen frischen und neuen Geist haben, dann werden wir die Wahrheit ausser Sicht verlieren. Damit dieses frische Bewusstsein an nichts heften bleibt üben wir Zazen. Das ist Zazen.

Dieses ist der Ausdruck des Sechsten Patriarchen, wenn er sagt: „Von Anbeginn existiert nichts.“

Es gibt keinen Bodhi Baum,
noch eine Halterung für den klaren Spiegel.
Von Anbeginn existiert nichts,

wo kann sich da Staub ansammeln?

Wie er es hier sagt, dieses ist unser lebendige Geistesmoment.

27.
虚心是我師
KYOSHIN KORE WAGA
SHI
Der klare Geist ist der
wahre Meister

Der sechste Patriarch sagte in seiner Definition des Zazen: „Kein bischen Aufmerksamkeit hinsichtlich der Ideen von Gut und Schlecht aufkommen lassen, dieses heisst ZA (jap. Sitzen). Nach innen schauen und sich von nichts bewegen lassen, dieses wird Zen genannt.“ So definierte er Zazen.

„Kein bischen Aufmerksamkeit hinsichtlich der Ideen von Gut und Schlecht aufkommen lassen, dieses heisst ZA.“ Die Welt ausserhalb ist eine Welt des Dualismus und der Relativität, und deswegen dreht sich alles um gut und schlecht: es gibt gute Menschen und schlechte Menschen, intelligente und dumme Menschen,

gesunde Menschen und kranke Menschen, Menschen, die gerade geboren sind und andere, die gerade sterben, Frauen und Männer. ZA bedeutet, sich nicht mit diesem Geist zu befassen, der voller Dualität ist, sondern wie ein Spiegel einfach alles zurückspiegeln, reflektieren. Während wir uns der realen Welt gegenüber gestellt sehen, tun wir keine Assoziationen hinzu, wir tun keine weitere Gedanken hinzu. Dieser Geist, der nicht an den Dingen, die er wahr nimmt stehen bleibt, das ist der Geist von ZA.

Dann haben wir den zweiten Teil: „Nach innen schauen und sich von nichts bewegen lassen, dieses wird Zen genannt.“ Von alters her wird gesagt, dass „Zen das Fliessen des Geistes ist, und dass der Geist der Körper von Zen ist.“ So wurde es beschrieben. Unser eigentliche Geist, unsere Essenz ist vom Ursprung

her frei von einem jeglichen Ding. Wenn wir diesen reinen Geist erleben und es klar sehen können, ohne dabei Unruhe im Geist zu tragen, das ist Zazen.

Unser Körper sitzt und unser Geist wird leer, frei von einer festgelegten Form und anhaftenden Gedanken. Wenn wir nicht vorsichtig sind, dann können wir leicht annehmen, dass dieses Zazen ist. Das ist es aber nicht. Es ist natürlich nicht schlecht, in Zazen zu sitzen, aber unsere Körper sind dafür gemacht, in Bewegung zu sein und zu handeln. Wenn wir sagen, dass das Üben des Zazens sich nicht bewegen sei und nicht zu denken, dann könnten wir unsere tägliche Arbeit nicht mehr erledigen. Die Herausforderung liegt in der Essenz unseres Geisteszustandes. Wenn wir unsere wahre Essenz direkt sehen, dann können wir dort unseren ewigen unbewegten Geisteszustand finden.

Dort kann die Wahrheit von Zen gefunden werden.

Goso Hoen Zenji, der im Jahre 1104 starb, sprach eines Tages zu seiner Sangha: „*Shaka* und *Miroku* sind Sklaven von jemanden. Wer ist dieser Jemand?“ Dieses Grosse, Absolute, welches von dem Buddha und *Miroku* Bodhisattva immer verehrt wird, benutzt selbst den Buddha und *Miroku* als seine Sklaven. Wer ist dieses? Natürlich sagte *Goso Gunin Zenji* dieses mit scharfem Blick zu der Sangha hin, um die Tiefe ihres Verstehens zu ergründen. „Dieses höchste, absolute Wesen ist hier direkt in jedem von Euch! Erlebt es ganz direkt selbst – hier und jetzt!“

Normaler Weise, wenn wir von etwas Absoluten sprechen, dann denkt man sofort an einen Gott oder einen Buddha oder etwas, was wir als Übermenschliches betrachten. Aber dieses ist nur ein Konzept. Was

ist die eigentliche Basis, die diese Idee eines Buddhas oder Gottes reflektiert? Egal wie dankbar wir auch einem Gott sein mögen, was ist dieser Spiegel in uns, der so etwas wieder spiegeln kann, was wir einen Gott nennen? Was ist dieses, was alles Existierende wieder spiegeln kann und sich nicht bewegen kann? Alles wird in dem Spiegel unserer klaren Natur wieder gespiegelt. In dem Spiegel unseres Geistes kommt all dieses zur Ruhe. Dieses gesamte Universum sammelt sich in unserem Geist direkt. Wir erwachen zu diesem alles umfassenden, weiten Geist. Denn egal was für eine Krise auch geschehen mag, selbst wenn unser Körper dem Tode näher kommt, selbst dieses ist nur ein Phänomen in diesem weiten, alles umarmenden Geist. Diesen Geist direkt zu erleben, das ist Zen.

Wir haben die Worte von *Eisai Zenji*:

Oh grosser alles umarmender Geist!
Die Höhe des Himmels kann nicht gemessen werden,
und unser Geist liegt noch viel höher als dieser.

Die Sonne und der Mond, dieses enorme, unendliche Universum – all dieses ist in unserem Geist. Weil dieser weite Geist nicht gemessen werden kann, deswegen kennen wir seine physikalische Grösse nicht. Auch reicht er von der unendlichen Vergangenheit bis in die ewige Zukunft. Alle Zeiten und Räume sind in diesem Geist eingeschlossen. Dieses mag sich etwas übertrieben anhören, aber unser Geist kann dieses nicht intellektuell begreifen. Der Geist, mit dem wir geboren werden, ist nicht von der einschränkenden dualistischen Sichtweise unseres Wissens und Erfahrungen beschränkt. Diesen Geist können wir nicht durch unsere kleine

selbstbezogene Sichtweise verstehen, denn die dualistische Betrachtungsweise hat hier keinen Zutritt. Wir erwachen zu allem, was wir herunter getrunken haben, was wir ganz direkt erleben, dieser weite Geist, das ist Zen. Sich nicht bei unnötigen Gedanken aufhalten, wie der Sechste Patriarch sagte, was bedeutet, dass wir genau das annehmen, was sich vor uns zeigt, egal welche Welt auch immer sich vor uns offenbart. Wir erleben dieses und begreifen, dass diese Dimension in uns ist, unser eigentliche wahre Geist. Das ist Zen.

Unser Bewusstsein hat keine Grenzen. Es liegt jenseits von Raum und Zeit und kann die ganze Existenz widerspiegeln. Alles in der Welt ausserhalb ist im Fließen und vergänglich, doch unser Geist, obwohl es alles reflektieren kann, bleibt dabei leer. Die Leere, die Null liegt jenseits von

allen Erscheinungen,
jenseits von Zeit. In uns
allen ist dieser Geist, der
jenseits von Bewegung
und nicht Bewegung liegt,
und zu diesem zu
erwachen – das ist Zen.

Zazen bedeutet,
direkt erleben zu können,
dass wir mit unserem
Geist alles erfassen und
umarmen können. Wie
Rinzai Zenji sagte: „Das
wahre Dharma hat keine
Gestalt und dehnt sich
doch in alle Richtungen
aus.“ Während wir an
nichts fest halten, kann
es sich frei bewegen und
alles werden. Diesen
Geist zu kennen
bedeutet, die Wahrheit
zu verstehen. Der klare
Geist ist unser Meister.
Diesen klaren Geist in
uns finden können – das
ist die Wahrheit von Zen.

28.

寂然不動

JAKUNEN FU DŌ

Klare - unbeweglich

Daruma Daishi
hinterließ diese Definition
über Zazen:

Alle äußeren karmischen
Verbindungen
abschneiden,
Innen alle Sorgen
loslassen,
wenn der Geist wie eine
hohe, starke Mauer ist
Dann sind wir auf dem
Weg.

Der *Kendō*
(Schwertfechter) Meister
Takuan Zenji beschrieb
es als den
„unbeweglichen Geist“,
dieser Geist frei von
Geistesmomenten.
Dieses darf nicht mit
dem Geist verwechselt
werden, der sich nicht
bewegt. Denn wenn wir
denken, dass wir
unseren Geist auf keinen
Fall bewegen sollten,
dann wäre dieses ein
großes Missverständnis.
Es gibt viele Leute, die
dieses missverstehen.

Dieses würde bedeuten, dass auch wenn Menschen in der Gesellschaft leiden, dass dieser Schmerz uns nichts angehen würde. Dann würden wir der Gesellschaft den Rücken wenden und uns nur um unser eigenen Frieden und Befriedigung kümmern. Dieser Geist wäre besonders beim *Kendō* vollkommen nutzlos. Wenn wir in unserem Geist an die Idee der freien Geistesmomente halten würden, dann würden wir von unserem Gegner sofort in zwei geschnitten werden. Das ist nicht der unbewegte Geist. Unbewegter Geist ist der Geist, der bei keinen Hindernissen stehen bleibt. Sobald wir an etwas hängen bleiben, dann gibt es eine Lücke.

In diesen Lücken können die Unklarheit und die Zweifel hinein kommen. So lehrte uns *Takuan Zenji. Daruma Daishi* sagte: „Aussen alle karmischen Verbindungen schneiden“,

doch dieses bedeutet nicht, dass wir unsere Augen und Ohren schliessen und die Realität vor uns ignorieren. Egal was sich vor uns zeigt, unser Geist bleibt dort nicht stehen. In allen vier Richtungen und acht Räume ist der unbewegte Geist frei und prall präsent. Das ist die Wahrhaftwerdung des Zazens in der Handlung.

Es ist wie das Funktionieren eines Spiegels: Ein Spiegel reflektiert alles, was vor ihm kommt ohne dabei zu urteilen. Das ist der unbewegte Geist. Wir wissen immer, was gut und schlecht in der Gesellschaft ist, und das ist das Handeln des Buddha Geistes. So erleben wir alle es. Doch wenn wir Zazen sitzen, wenn wir auch dann noch beschäftigt sind mit Gedanken an all dieses, andere kritisierend und über sie her ziehend, dort finden wir nur falsche Befriedigung. Dann wird unsere

Buddha Natur als ein Filter des Egos wieder geboren.

Es geht nicht darum, andere zu kritisieren und zu verurteilen. Wir brauchen sie nur wieder zu spiegeln. Wenn wir so handeln können mit dem Geist, der immer objektiv und klar bleiben kann, das ist der unbewegte Geist. Wenn wir urteilen, dann werden wir von den reflektierten Dingen bewegt. Weil wir herum bewegt werden, deswegen kommen auch Gedanken an Verlust und Gewinn hinein. Entsprechend der Umstände können Menschen blau oder rot im Gesicht werden, und dieses ist nur so, weil sie sich herum bewegen lassen. Der Unterschied zwischen einem Spiegel und den Menschen ist, dass der Spiegel rein reflektieren kann, während die Menschen die Situation ergreifen und von einem Ort der tiefen, natürlichen Weisheit her

wahrnehmen können. Diese Handlungsweise liegt jenseits von dem Kalkulieren hinsichtlich von Gewinn und Verlust, dieses ist der unbewegte Geist.

Die nächste Zeile der Definition über Zazen von dem sechsten Patriarchen lautet: „Lasse innen alle Sorgen los.“ In dem Diamanten Sutra steht, dass wir nicht an der Idee der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft haften sollten. Weiterhin sollten wir auch nicht an der Vorstellung des Nichts und der Formlosigkeit haften. Der Geist ist ständig in Bewegung, und zu sagen, dass er sich nicht bewegt, dass wir ihn anhalten können, das wäre sehr unnatürlich. Der Geist hat von Anbeginn her keine eigene Existenz. Es ist wie der Monitor eines Computers, der den Inhalt wieder geben kann, und dann bleibt auf der nächsten Seite nichts von dem vorherigen zurück. Unser Geist

bewegt sich auch ständig, von Seite zu Seite, doch in diesem sich ständig bewegenden Geist können wir kein Zen finden. Unser Geist ist wie ein Schatten, wie ein Phantom, und hat keine eigene Substanz. Weil unser Geist nicht aus einer festgelegten Substanz besteht, deswegen kann der Geist rein und klar sein, in jedem Moment. Und hier braucht man es noch nicht mal rein und klar zu nennen, denn sonst hängen wir uns wieder an diese Idee. Innen alle Sorgen und Vorstellungen loslassen bedeutet, dass wir an nichts haften. Von Anbeginn ist unser Geist frei und ruhig. Wenn wir uns jedoch bemühen, frei und ruhig zu sein, dann ist es nicht mehr ruhig. Das beschwert und vernebelt unseren Geist wieder.

Den Geist „Stark wie eine Hohe Mauser“ machen bedeutet, sich an nichts Äusseres klammern,

nicht Probleme kreieren, sondern in dem Geist sein, wo es keinen Unterschied zwischen Innen und Aussen gibt, dieser volle, pralle Geist. Wenn wir diesen Geist erleben, dann wissen wir, dass wir von Anbeginn schon frei und ruhig in unserem Geist waren. Dieses ist der Geist von „Klar, Unbeweglich“.

29.
坐水月道場
SUIGETSU DŌJŌ NI
ZASU
Im Mond Wasser Dōjō
sitzen

Bin ich der Mond oder ist
der Mond ich,
sitzen bis ich weiss
friedvoll eins mit dem
Herbst Mond werdend.

In unserer Welt findet man meist eine Trennung zwischen dem, was "Mein" ist und was nicht „Mein“ ist. Wir sehen diese beiden Seiten getrennt von einander: Das Objektive und das Subjektive, die Person und die Umstände. Zu verstehen, dass diese beiden nicht von einander getrennt sind, das ist Zazen. *Rinzai* sagte über diesen Ort: „In diesem Lumpen aus rotem fleisch gibt es eine wahre Person frei von Rang, die durch die Öffnungen der Sinnesorgane hinein und hinaus geht. Wenn ihr ihn noch nicht gesehen habt – schaut jetzt!“

Wie steht es damit? Habt ihr das wahre Selbst gesehen? Seht es jetzt! SEHT ES! *Rinzai* drückt uns in diese Richtung. Das, was wir als Welt ausserhalb erleben existiert nicht getrennt von dem, was wir sind. Es ist nicht nur die äussere Existenz dieser Person, die wir sind. Himmel und Erde sind eine Schicht dieser wahren Person. Durch die Augen, die Ohren, die Nase, den Mund, den Körper ein und aus gehend. Wenn es nach aussen geht, dann wird es zu dem Objektiven, unsere Umgebung. Wenn es hinein kommt, dann wird es zu dem Subjektiven, zu der Person. Vom Ursprung her sind diese beiden nicht getrennt. Sie sind nicht getrennt von dieser Person ohne Rang.

Das Subjektive ist nichts anderes als das Objektive, und das Objektive ist nicht anderes als das Subjektive. Es ist immer ein und die gleiche

Schicht, kommend und gehend, ein und aus, unsere wahre Lebensenergie und wahre Erfahrung. Zu diesem wahren Selbst zu erwachen ist das Verstehen des eigentlichen Selbst.

Bin ich der Mond oder ist der Mond ich, sitzen bis ich weiss friedvoll eins mit dem Herbst Mond werdend.

Während des Zazens können wir diesen höchsten Ort des Geistes erleben, wo unser wahres und reines Selbst in seiner mysteriösen Tiefe erlebt wird. Himmel und ich sind eins. Ich bin eins mit der ganzen Natur. Gibt es da ein ich weil ich den Mond sehen kann? Gibt es den Mond, weil ich ihn betrachte? Gibt es das Objekt, weil es ein Subjekt gibt? Solche Vergleiche gibt es hier nicht. Erlebe diesen Ort, wo das Subjektive und das Objektive eins werden, vollkommen in einander schmelzend und

hell erleuchtend. Es gibt keine Gestalt eines Ichs getrennt von dem hellen Scheinen des Mondes. Es kommt alles zusammen in einer gemeinsamen Subjektivität, vollkommen eins. Der Mond tritt hinein als meine Subjektivität, und ich empfangen das Scheinen des Mondes. Sobald ich eintrete, tritt das Scheinen in mich ein. Der Mond und ich werden eins. Der wahrlich offen und ruhige Geist, wo Himmel und Erde und ich eins werden. Der wahrlich ruhige Geist, wo alles eins ist, muss erlebt werden, oder wir können nicht sagen, dass wir Zen verstehen.

Wenn wir diesen Geist gut verstehen, dann wissen wir, dass wir Himmel und Erde sind, dass wir all die zehn Richtungen sind und dass wir alles mit unseren Augen sehen können. Ich bin die Sonne, die scheint. Ich bin der Mond, der hell erleuchtet. Mit diesem Geist gehen wir in die

Gesellschaft und das Leiden der Menschen wird zu unserem Leiden, ist unser Leiden. Die Freude der Menschen ist meine Freude. Gott oder dem Buddha begegnen ist dieser Geist. Seinen wahren Geist kennen – das ist dieser Geist.

Das Wasser hat kein Bewusstsein, dass es widerspiegelt Der Mond hat kein Bewusstsein, dass er wiedergespiegelt wird Der See von Shiroswa.

Diesen Ort frei von Trennungen zwischen selbst und andere zu erleben, das ist Zen. Egal wie wir den Inhalt des Wassers analysieren, wir können jedoch nicht genau festlegen, wo es ist, dass der Mond wiedergespiegelt wird. Doch ohne den Inhalt des Wasser zu analysieren, sobald die Oberfläche ruhig ist, können wir den Mond in dem Wasser sehen. Dieses trifft zu für einen

See, für den Ozean und für eine Pfütze. Es kann dreckiges Wasser sein, Wasser in einer Schale, in einem Eimer, in einem Brunnen, das Wasser eines Tautropfens auf einer Wildblume – es ist nicht notwendig, dass dieses Wasser analysiert wird. Wenn das Wasser ruhig ist, dann wird der Mond auf jeden Fall seinen Weg dorthin finden. Selbst dreckiges Wasser, wenn die Oberfläche ruhig wird, auch dann findet der Mond dorthin. Wenn wir unseren Körper durchsuchen, wir werden nie einen Spiegel in uns finden, doch wenn wir Zazen üben und unser Geist ruhig wird, dann kommt die Spiegelähnliche Qualität des Geistes spontan hervor.

30.
修空草萬行
KUGE MANGYO O
SHUSU
Leere Blumen -
unendliche
Manifestationen

In dem Lotus Sutra steht:
Der scheinende Mond des Bodhisattva's geht auf am Himmel.
Wenn der Geist der Lebewesen klar ist, dann spiegelt sich der Mond darin.

Es ist genauso mit unserer Essenz. Egal wie viele schlechte Taten jemand auch verbrechen mag, egal wie dumm und töricht jemand erscheinen mag, egal wie unausgebildet jemand sein mag, all diese Werte über den Menschen sind nicht weiter von belang. In der Welt sind diese Werte von grosser Bedeutung, doch wenn es zu dem wahren Körper des Geistes kommt, dann sind diese Skalen nicht von Bedeutung. Wenn unser

Geist klar ist, dann wird der Mond auf jeden Fall darin reflektiert werden. Dieser ruhige Geist so wie er ist, ist die innere Buddha Natur.

Wenn wir selbst erleben, dass wir in vollkommener Ruhe mit der Welt ausserhalb verschmelzen, dann wissen wir es selbst, dass diese Buddha Natur schon von Anbeginn in uns war.

Die Bedeutung von „In dem Mond-Wasser Dōjō sitzen“ ist das direkte Erleben, da der Mond, der Himmel und die Erde alles ich selbst sind, das innere Wissen, dass wir selbst nie gestorben sind oder geboren wurden. Wir erleben diesen Geisteszustand für uns selbst. Diese weite Welt der Erleuchtung des Buddhas kann von jedem erlebt werden, der sich selbst vollkommen weg wirft. Wenn der Geist ruhig wird, erleben wir diesen Geist. Dieses ist kein geschaffener Geist, wir alle haben ihn in uns.

Nur weil wir angefüllt sind von unnötigen Gedanken und Anhaftungen, deswegen verlieren wir unsere Buddha Natur ausser Sicht.

Eine Person von früher sagte: „Die Buddha Natur nennen wir jenes, welches frei von jeglichem Unnötigen ist“. Unser wahre Geist ist frei von Unnötigem, leer, an nichts haftend. Wenn wir wahrlich den Geist von Mu erlebt haben, dann wissen wir, dass da kein Mu vorhanden ist, keine ignorante Person, die erleuchtet werden müsse und kein Buddha, vor dem man sich verbeugen müsse. Es gibt nicht einmal ein Ort dafür.

Eine andere Person von früher sagte: „Über unseren Köpfen ist nichts, was uns bedeckt und unter unseren Füßen ist nichts, was uns trägt“. Dieser Geist, wo es nichts gibt, was in Himmel und Erde ein Hindernis für uns sein könnte, was unter uns

eine Basis bilden könnte, das ist der Geist des Verstehens des Buddha Natur. Wenn wir MU erleben, dann wissen wir, dass es nichts gibt, an dem wir fest halten brauchen. Dem wir gewahr wurden, reicht durch die unendliche Vergangenheit bis in die unendliche Zukunft. Wenn wir dieses verstehen, dann wissen wir, dass diese drei grossen Welten, und die Millionen Jahre dieses Planeten Erde und selbst die ganze Weite des Universums nichts anderes sind als eine kleine Blase auf dem Ozean. Zu dieser Weite des Geistes erwachen wir.

Dieses mein Körper, der wie der Morgentau vergeht, dieses Leben, ein Traum eines Traumes.

Alle Wesen der Geschichte, selbst die grossen Weisen und Menschen vergehen wie eine Blase. Wir leuchten hell wie ein Blitz und dann vergehen wir – die

Szene eines Momentes. Selbst falls diese Welt für ewig verschwinden würde, in dieser unendlichen, ewigen Buddha Natur ist keine winzigste Bewegung. Unser entschlossener Geist, unser tiefes Gelübde: „Die Lebewesen sind zahllos, ich gelobe sie alle zu befreien“, dieses Mitgefühl welches aus tiefem Samadhi hervorsteigt wird selbst in einer schlimmsten Krise nicht zerstört werden. Dieses Gelübde zu machen und es zu halten – das ist der Weg des Buddhas.

Dieses ist auch die Bedeutung von „**Leere Blumen, myriade Manifestationen**“. Es bedeutet nicht, das jedes einzelne Ding, welches wir tun, melancholisch ist, sondern dass unser tiefe Glaube von dem unbewegbaren Geist kommt, und egal was auch passiert, dieser Geist wird immer wieder frisch geboren und bleibt nicht stehen. Er ist

immer neu und neu und
neu, sich ändernd und
bewegend als unser
tiefes Gelübde und
Wahrheit. Das ist das
direkte Erleben des
Sitzens in dem Mond-
Wasser Dōjōs mit leeren
Blumen in der Luft. Das
direkte Erleben dieser
leeren Blumen, die
Wahrheit des
unbewegten Geistes, und
die Wahrheit, die ohne
an zu halten sich
manifestiert, immer neu
und frisch geboren. Das
ist der höchste Punkt des
Buddhismus, der erlebt
und geschmeckt werden
muss. Diese 80 bis 100
Jahre eines
Menschenlebens sind
nicht unsere ganze
Zukunft. Unendliche Zeit
und Raum sind ein
ganzes Leben, ohne
Anzuhalten und immer
im Wandel. Dieses zu
wissen ohne daran fest
zu halten und dieses als
unsere wahre Natur
sehen, das ist Buddha
Dharma.