

Das Vimalakirti-Sutra

(3)

Der Sitz des Erwachens

Kommentare

von

Roland Rech

Die hier abgedruckten Kusen wurden von Roland Rech in der Zeit vom 25. August bis 2. September 2001 während des Sommerlagers im Zen-Tempel La Gendronnière auf französisch gehalten und direkt ins Deutsche übersetzt.

Die folgende Druckfassung gibt die mündlichen Unterweisungen während Zazen vollständig wieder. Die deutsche Übersetzung wurde anhand der französischen Tonbandaufzeichnungen stellenweise korrigiert.

Samstag, 25.8.01, 8.00 Uhr

Vergeßt nicht, euch zu Beginn des Zazen sieben- bis achtmal energisch von der Taille aus einzupendeln. Macht diese Bewegung nicht halb, sondern vollständig. So könnt ihr schnell den Schwerpunkt eurer Haltung finden. Dann macht man *Gassho*, und auch *Gassho* macht man vollständig. Wir sind vollständig eins mit den Gebärden. Ab dem Augenblick, in dem man das *Dojo* betritt, gibt es nichts Wichtigeres, als sich auf seine Gebärden zu konzentrieren, Körper und Geist in vollständiger Einheit mit der Praxis in jedem Augenblick.

Ob wir das erste Mal praktizieren oder schon lange Zeit, wir praktizieren mit vollkommener Aufmerksamkeit. So kann unsere Praxis Augenblick für Augenblick vollständig frisch werden. Ob es das erste *Sesshin* ist, oder ob man schon seit 30 Jahren praktiziert, ob man gerade angekommen ist, oder von Beginn des Sommerlagers an da ist, das macht keinen Unterschied. In diesem Augenblick sind Körper und Geist eins; das hebt alle Unterschiede auf. Einfach sich auf die wichtigen Punkte der Haltung konzentrieren: Das Becken ist nach vorne geneigt, so dass der After das Kissen nicht berührt, die Knie sind fest im Boden verwurzelt. Ausgehend von der Taille streckt man gut die Wirbelsäule, den Nacken, man lockert die Schultern und alle Spannungen des Rückens. Man schiebt den höchsten Punkt des Kopfes in den Himmel. Der Bauch ist vollständig entspannt, man atmet tief ein und aus. Man wird nur ein Körper und ein Geist, der ein- und ausatmet. Der ganze Rest ist vergessen, aufgegeben.

Selbst wenn man zu Beginn bestimmte, bewußte Erwartungen an seine Praxis hat, wenn man einmal wirklich in Zazen ist, wird selbst dieses Bewußtsein aufgegeben. Körper und Geist sind völlig aufgegeben in die Praxis der Haltung, der Praxis gegeben. So bewahrt man nichts Persönliches, man läßt alle Gedanken vorüberziehen, die Sorgen sind vergessen, man haftet weder am Denken noch am Nicht-Denken. So verweilt der Geist auf nichts, wird völlig fließend, frei.

Eines Tages, zu Zeiten Buddhas, traf ein Mönch *Vimalakirti* auf der Straße und fragte: "Woher kommst du?" *Vimalakirti* antwortete: "*Ich komme vom Sitz des Erwachens.*" Wenn wir Zazen so praktizieren, kehren wir alle zu diesem Sitz des Erwachens zurück. Dieses *Zafu* wird zu dem Diamantsitz, auf dem Buddha das Erwachen verwirklichte. Man kann diesen Geist Buddhas berühren. Das ist der Sinn eines *Sesshins*. Das ganze andere Leben, vor allem das des Alltags hier auf der *Gendronnière*, kommt von diesem Sitz des Erwachens her, ist sein natürlicher Ausdruck.

Samstag, 25.8.01, 15.30 Uhr

Wenn die *Kyosaku*-Leute Personen sehen, die schlafen, zögert nicht, ihnen den *Kyosaku* zu geben.

Bleibt während Zazen gut in Kontakt mit eurer Atmung, atmet tief ein und aus. Werdet völlig vertraut mit der Einatmung, wenn ihr einatmet, und völlig vertraut mit der Ausatmung, wenn ihr ausatmet. ‚Vertraut‘ bedeutet ohne Trennung. Wenn man einatmet, ist man völlig diese Einatmung. Dies wird die absolute Handlung des Augenblicks. Die Ausatmung, die folgt, ist die absolute Handlung des folgenden Augenblicks. Selbst wenn die eine von der anderen abhängt, ist, wenn man ausatmet, ausschließlich die Ausatmung da, alles andere ist aufgegeben. Man muß sich völlig in die Ausatmung hinein aufgeben. So kann man sich völlig in der Hitze aufgeben. Wenn nur noch die Hitze da ist, wenn man völlig vertraut mit der Hitze wird, gibt es kein warm und kein kalt mehr, gibt es keinen Geist mehr, der sich nach Frische sehnt. So können wir den Ort jenseits von heiß und kalt durchdringen, den Ort, an dem wir nicht mehr vom Klima gestört

werden, an dem wir nicht mehr von unserem Geist gestört werden, der etwas wünscht und etwas zurückweist.

Dieser Geist, der wie der weite Himmel wird, der nicht vom Vorüberziehen der Wolken gestört wird, ist der Geist, der sogar über Buddha hinausgeht, der völlig befreite Geist. Befreit von allen Gegensätzen und grundsätzlich befreit von dem Gegensatz von Leben und Tod. Das ist der heitere Geist des *Nirvana*. Das war es, was Buddha an *Mahakasyapa* weitergegeben hat. Das ist es, was wir hier und jetzt zu praktizieren fortfahren.

Sonntag, 26.8.01, 6.30 Uhr

Streckt während Zazen euren Körper gut zwischen Himmel und Erde aus. Laßt eure Haltung nicht entspannt werden. Indem wir immer wieder auf die Konzentration der Haltung zurückkehren, wird unser Geist immer ruhiger, immer friedlicher. Durch diese Praxis der Konzentration hindurch können wir uns selbst tief betrachten.

Im Alltag sind wir ständig mit den Phänomenen beschäftigt, die uns umgeben, in Beziehungen zu den anderen, zu unseren Wünschen, zu unseren vielfältigen Aktivitäten. Wenn man im *Dojo* der Mauer gegenüber sitzt, ist jeder Gegenstand aufgegeben. Das heißt aber nicht, dass nichts mehr da ist. Viele Täuschungen spiegeln sich im Spiegel von Zazen, Erinnerungen, Gefühle, manchmal Traurigkeit, manchmal Freude. Wir bemühen uns nicht, diese Phänomene abzuschneiden, sondern bemühen uns, völlig vertraut mit dem zu werden, was uns innewohnt. Dann wird unser Blick klar. Dann können wir sehen, dass wir in uns selbst die Samen aller Leidenschaften tragen.

Oft betrachtet man im Alltag das Verhalten der anderen und möchte sie kritisieren. Man findet sie manchmal dumm. In Zazen kann man wahrnehmen, dass man nicht so anders ist als die anderen. Auch wir haben unsere Schatten, unser Licht. Aber wir haften daran nicht. Man wird sich dessen schnell bewußt und läßt es vorüberziehen. Uns dessen bewußt geworden zu sein, macht uns bescheidener und wir können besser verstehen, was das Leiden bei den Wesen auslöst.

Mit seinen eigenen *Bonno* vertraut werden, wird Quelle des Mitgefühls den anderen gegenüber. Man kann nie völlig der andere werden. Es ist eine Art zu spüren, was er oder sie spürt. Es ist, völlig vertraut werden mit sich selbst. Es ist das Mittel dazu. Das einzige Mittel dazu. Alle wollen sie selbst werden. Das ist oft das Motiv, warum man sich in der Praxis des Weges, der Meditation engagiert: "Ich möchte wirklich ich selbst werden." - Aber was unsere Originalität ausmacht, sind einzig unsere Täuschungen. Doch selbst das ist nicht besonders originell. Wichtig ist, was wir daraus machen. Was machen wir aus diesem *Karma*, das wir seit endloser Zeit produziert haben, aus diesen *Bonno*? Wie formen wir es um? Wie lassen wir das von Zazen umformen? Wie ermöglichen wir es den Phänomene, die uns umgeben, Quelle von Weisheit und Erwachen werden? - Indem wir ihre wirkliche Natur betrachten.

Bezüglich des Sitzes des Erwachens - das ist Zazen -, sagt *Vimalakirti*: "*Es ist der Sitz des Friedlichwerdens aller Leidenschaften, denn er ist völlig erhellt bezüglich der wahren Natur aller Dinge.*"

(*Ein Hahn kräht.*)

Der Hahn drückt in diesem Augenblick diese wahre Natur aus. Sein Schrei erscheint aus dem Schweigen heraus und kehrt sofort zu ihm zurück. Völlig ungreifbar. Aber dennoch existiert er und manifestiert sich völlig in diesem Augenblick. Wenn man das versteht, kann man alle

Phänomene willkommen heißen, ohne sich an sie zu klammern, in Kontakt mit den Leidenschaften der Welt bleiben, ohne sich von ihnen vorantreiben zu lassen. Sehen, dass sowohl ihr Gegenstand als auch ihr Urheber völlige Leerheit sind, völlig ohne Substanz. Das ist es, was der Hahn uns zukräht. Wenn man das realisiert, kann die Welt friedlich werden.

Montag, 27.08.01, 6.30

Gebt während Zazen all eure Energie in die Haltung, in die Praxis der Haltung. Spart nichts auf. Streckt gut die Lenden, die Wirbelsäule und den Nacken. Man muß eine starke Energie in der Nierengegend haben. Laßt diesen Bereich nicht schwach werden. Zieht gut das Kinn zurück und drückt mit der Schädeldecke in den Himmel, indem ihr die Schultern völlig entspannt. Gebt jedem Atemzug all eure Aufmerksamkeit. Geht bis zum Ende jeder Ausatmung, ohne etwas zurückzuhalten.

So zu praktizieren bedeutet, ohne jeden Hintergedanken zu praktizieren. Körper und Geist sind völlig in die Praxis aufgegeben, dem Weg gegeben. So wird Zazen Praxis des Erwachens, ist nicht einfach eine Meditationstechnik, die den Illusionen dient.

Als ein Mönch ihn fragte, woher er komme, sagte *Vimalakirti*: „Ich komme vom Sitz des Erwachens“. Und dann drückte er sehr umfangreich aus, was es heißt, vom Sitz des Erwachens zu kommen. - Ich habe bereits während eines vorangegangenen *Sesshins* ausführlich darüber gesprochen. - Es will insbesondere heißen, von den *Paramita* kommen, von der Praxis der *Paramita* beseelt zu sein und immer wieder zu ihrer Quelle zurückzukehren.

Dann sagt uns *Vimalakirti*: "*Der Sitz des Erwachens - Zazen - ist der Sitz des Friedlichwerdens aller Leidenschaften, denn er ist völlig erhellt bezüglich der wirklichen Natur der Dinge.*" Er fährt fort, indem er sagt: "*Er ist der Sitz aller Wesen, denn alle diese Wesen sind ohne Eigennatur.*" Eigennatur bedeutet, dass wir das sind, was wir sind, das was uns charakterisiert. Das was uns letztlich charakterisiert, gehört uns letztlich nicht. Selbst unser eigener Körper gehört uns nicht, gehört dem ganzen Universum. Unser eigener Geist gehört nicht uns selbst, ist völlig unfassbar.

Unsere Gefühle hängen von den Umständen ab, von unserer Geschichte, von unserem vergangenen *Karma*. Unsere Wahrnehmungen hängen von den Objekten ab, von der Umgebung. Unsere Wünsche verändern sich unablässig, laufen hinter einem Gegenstand und dann hinter einem anderen her. Unser Bewußtsein selbst ist wie ein Spiegel, dessen Aufgabe es ist, das zu spiegeln, was auftaucht. Es selbst hat keine eigene Natur. Das ist die Ursache dafür, dass es immer aufnahmefähig ist.

„Keine Eigennatur“ erlaubt es sogar einem Dummkopf, Buddha zu werden. Das bedeutet, dass wir auf gar nichts festgelegt sind, sondern uns ganz im Gegenteil in unablässiger Veränderung befinden. „Keine Eigennatur“ bewirkt, dass, wenn dieser Körper und dieser Geist die Haltung von Zazen einnehmen, sie ihre Anhaftungen aufgeben und erwachen können. Alle Wesen sind so. Deshalb ist Zazen der Sitz aller Wesen.

In Zazen sitzen wir, selbst wenn wir alleine auf dem *Zafu* der Wand gegenüber sitzen, in Wirklichkeit auf dem Sitz aller Wesen. Wir realisieren das, was uns mit allen Wesen vereint.

Vimalakirti fügt hinzu: "*Er ist der Sitz aller Dharmas, denn er ist völlig erhellt bezüglich ihrer Leerheit.*" Das betrifft alle Wesen, die in den drei Welten transmigrieren, alle *Sattva* wie es im

Sanskrit heißt. Aber "alle *Dharmas*" ist noch weiter, schließt Berge und Flüsse ein, den Mond, die Sonne, die Sterne, das ganz Universum. Sich in *Zazen* setzen, ist in die Welt eindringen. Wir sind völlig in Einheit mit allen *Dharmas*.

Dienstag, 28.8.01, 6.30 Uhr

Verliert während *Zazen* nicht eure Zeit, indem ihr eure Gedanken wälzt. Kommt immer wieder auf die Konzentration auf die Haltung zurück. Streckt gut den ganzen Körper zwischen Himmel und Erde aus. Konzentriert euch auf die Ausatmung, ohne etwas zurückzubehalten, atmet völlig aus.

Zazen zu praktizieren bedeutet zu wagen, nichts zu behalten, kein Bedürfnis zu haben, etwas zurückzubehalten, es nicht nötig zu haben, Gedanken zu behalten, die man wälzt, Täuschungen zu behalten, denen man folgt. Die meisten Menschen scheinen die Leerheit zu fürchten. Also gibt jeder sich einen Gegenstand, dem er folgt. Wie Hunde, die immer einen Knochen brauchen, an dem sie nagen, oder einem Ball, hinter dem sie herlaufen können.

Gestern sagte mir jemand aus der Gruppe, in der man das *Hannya Shingyo* studiert, dass man in dem Augenblick, als man an der Passage ‚shiki soku se ku‘ - die Phänomene unterscheiden sich nicht von der Leerheit – angekommen war, alles getan hat, um der Leerheit auszuweichen. Alle hätten nur von ihren Wünschen gesprochen. Das spiegelt genau unsere täuschende Welt. Man macht alles, um zu vermeiden, sich mit der Wirklichkeit zu konfrontieren, man macht alles, um die Täuschung aufrecht zu erhalten. Aber die Leerheit ist keine Wirklichkeit, vor der man davonlaufen muss, sondern eine Wirklichkeit, über die man hinausgeht. Denn sie ist die Pforte des Erwachens, die Pforte der Befreiung.

In *Zazen* kehren, wenn man völlig auf die Atmung konzentriert ist, am Ende der Ausatmung all unsere gedanklichen Produkte zu ihrer Quelle zurück. Unser Geist kann wieder völlig verfügbar werden, leer.

Aber selbst wenn mit der neuen Atmung neue Phänomene erscheinen, neue Gedanken, kann man sie anders sehen. Man kann sie in ihrer wirklichen Natur sehen - wie Wellen an der Oberfläche des Ozeans. Manchmal sind es große Wellen, manchmal kleine. Manchmal ist das Meer völlig flach. Aber diese Wellen stören uns nicht. Sie brechen sich an der Konzentration auf die Haltung.

Vimalakirti sagt: "*Der Sitz des Erwachens ist der Sitz der Zerstörung aller Mara*, d.h. aller unserer Dämonen, *denn er bleibt unbewegt von ihnen.*"

Jeder hat seine Dämonen, seine *Mara*. *Zazen* erlaubt es uns, sie schneller zu erkennen, vertraut, all die Formen, die Verkleidungen zu erkennen, die sie annehmen können. Normalerweise möchte man, dass die Dämonen außen sind, die anderen, die Gesellschaft. Den Weg praktizieren bedeutet, seine eigenen Dämonen zu erkennen, d.h. alles, was unser Fortschreiten auf dem Weg hindert. Ursprünglich ist *Mara* das, was uns an den Tod fesselt, alle Formen von Gier, von Haß, Aggressivität, das was uns von Gegenständen abhängig macht, ob man sie nun ergreifen oder zerstören möchte. Es gibt auch den Dämon des Zweifels, der Abwesenheit von Vertrauen in sich selbst, das Nicht-Erkennen unserer Buddha-Natur.

Zazen zu praktizieren bedeutet, nicht mit diesen Dämonen zu kämpfen, sondern sie einfach als das zu sehen, was sie sind, statt von ihnen gelenkt zu werden. Dann verlieren sie ihre Energie und verschwinden von selbst. Man muß nichts Besonderes unternehmen, einfach: nicht bewegen.

Vimalakirti fügt hinzu: „*Er ist der Sitz der dreifachen Welt, denn er verzichtet darauf, in sie einzutreten.*“

Die dreifache Welt ist die Welt der Transmigration. Die Welt der Wünsche, die Welt der Formen - die Welt in der Wünsche abwesend sind, in der es aber noch Formen gibt - und schließlich die Welt ohne Form. Die letzten beiden sind Welten, durch die man hindurchgeht, wenn man die Meditation praktiziert, es sind Geisteszustände. Aber selbst wenn keine Wünsche, selbst wenn keine Formen da sind, so verweilt man dort nicht. Man bleibt in keiner bestimmten Welt, in keinem bestimmten Geisteszustand. Sondern man geht immer über jedes Stehenbleiben hinaus, um welche begrenzte Welt es sich auch handeln mag, selbst über das, was man für einen sublimen Zustand halten möchte: wenn man glaubt, das *Satori* zu haben, wenn man glaubt, von seinen Wünschen befreit zu sein. All dies sind immer noch geistige Erzeugnisse, gehört zu den drei Welten. Wenn man das wirkliche *Zazen* Buddhas praktiziert, geht man durch all dies hindurch, ohne irgendwo zu verweilen. Man findet sich augenblicklich jenseits der dreifachen Welt wieder, jenseits aller Zustände der Transmigration, d.h. dass wir zu unserem wirklichen Normalzustand zurückfinden, zu unserem Urzustand.

Dienstag, 28.8.01, 15.30

Mondo

F: Ich habe eine Frage bezüglich des Begriffs "Weg der Mitte". Ich höre es ab und zu so in dem Sinn wie ‚eine Birne in der Mitte durchschneiden‘. Ich glaube, dass es nicht darum geht. Deshalb frage ich.

RR: Der Begriff "Weg der Mitte" hat zwei Bedeutungen: Ursprünglich, als Buddha in seiner ersten Predigt seinen ehemaligen Mitschülern die *Vier Edlen Wahrheiten* unterwies, sagt er: "Ich habe einen alten Weg wiederentdeckt, der es erlaubt, das Leiden zu lösen und sich zur Wirklichkeit zu erwecken." Diesen Weg hat er den "Weg der Mitte" genannt. Für ihn war es in dem Sinn der Weg der Mitte, dass es sich um einen rechten Weg handelte, der sich in der Mitte befand, zwischen den Praktiken der Kasteiung, die er fünf Jahre lang praktiziert hatte und die auch viele Asketen und Jogis praktizierten, und auf der anderen Seite der Suche nach materiellen Befriedigungen. Beides führt nicht zu einer wirklichen Befreiung. So hat er davon abgeraten und die Praxis des *achtfachen Pfades* unterwiesen.

Der Weg der Mitte ist also der Weg, den Buddha zu Beginn seiner Unterweisung in Form der acht richtigen Praktiken lehrte. Vor zwei Sessionen habe ich darüber einen Vortrag gehalten. Ich werde ihn jetzt nicht wiederholen, aber ich erinnere daran, daß der achtfache Pfad im Wesentlichen aus den drei großen Aspekten der Praxis besteht, aus *Kai*, *Jo*, *E*. *Kai* sind die Gebote, allgemein gesprochen all das, was das rechte Handeln, das rechte Verhalten betrifft, *jo* ist die Praxis der Meditation, der Konzentration - für uns *Zazen* - und *e* ist Weisheit, eine Weisheit, die Mitgefühl umfasst, keine trockene, intellektuelle Weisheit, sondern eine, die uns unsere völlige Einheit mit allen Wesen realisieren lässt, solidarisch mit ihnen macht, wie auch die Gebote keine Verbote sind, sondern Empfehlungen für ein glückliches Leben und dafür, kein Leiden zu schaffen. Die Gebote schließen also Mitgefühl ein. Es geht also darum, daß wir darüber nachdenken, wie wir handeln, und das Handeln unterlassen, wenn wir den Eindruck haben, daß es schlechte Konsequenzen nach sich zieht, d.h. wenn es Leiden für andere oder für einen selbst zur Folge hätte. Dies aber ausgehend von Mitgefühl und nicht von Angst vor einem schlechten *Karma* oder einer schlechten

Wiedergeburt. Dazu beitragen, das Leiden der anderen zu mindern, zum Glück der anderen beitragen.

Das hat Buddha 45 Jahre lang auf die eine oder andere Art unterwiesen. Das war für ihn wirklich der Weg der Befreiung, der Weg der Realisation des wirklichen Erwachens, der von allen Buddhas praktiziert wurde. Er hat diesen Weg nur wieder entdeckt.

Mit dem Auftreten des *Mahayana* war der Weg der Mitte der Weg der intuitiven Sicht der Leerheit, der letztlich dazu führt zu sehen, daß alles nur aufgrund von Wechselbeziehung existiert. Weg der Mitte bedeutet dann, sich an keinerlei Begriff zu klammern. Denn jeder Begriff besteht nur aufgrund seines Gegensatzes. Zum Beispiel bedeutet an der Leerheit zu haften, nicht die Leerheit zu begreifen, und ist somit nicht der mittlere Weg. Leerheit existiert, weil es Erscheinungen gibt. Weil alles Existierende in Beziehung existiert, hat nichts eine Eigensubstanz. Man kann sich also nicht an *eine* Position klammern. Der Weg der Mitte ist somit die tiefe Weisheit, *Hannya Haramita*.

Aber das ist nur eine Entwicklung der ursprünglichen Unterweisung Buddhas. Ausgehend davon kann man, wenn man das *Dharma* nicht gut versteht, "Weg der Mitte" unter Umständen als Kompromisslösung verstehen. Das kann leicht Selbstzufriedenheit bezüglich der eigenen Täuschungen und *Bonno* bewirken, unter dem Vorwand den Weg zu praktizieren. Z.B. zu sagen: "Ich betrinke mich einmal in der Woche, das ist der Weg der Mitte: sechs Tage in der Woche bin ich nüchtern und am Samstag haue ich mir die Birne voll. Das ist der Weg der Mitte." So etwas habe ich schon gehört. Es gibt Leute, die sich die Unterweisung Buddhas so zurecht legen, daß sie zu ihrem eigenen Verhalten passt. Aber das ist nicht der Weg der Mitte. Denn das führt nicht zur wirklichen Befreiung.

F: Vielleicht ist es eine dumme Frage, aber es ist etwas, das ich nicht verstanden habe: Wenn man das Brot beiseite legt für die *Gakis*, dann segnet man es nicht, sondern man legt es zur Seite...

RR: Doch, doch, natürlich segnet man es. Das, was der *Godo* singt

Jiten kijinshu
Gokin suji kyu
Suji hen jiho
Ishi kijin kyu

ist die Segnung des Brotes, der Wunsch, daß die Nahrung wirklich dazu beiträgt, den Hunger der hungrigen Geister zu besänftigen.

F: Wenn man dann aber die Eßschale hochhält, ist dieses kleine Brotstückchen doch nicht eingeschlossen ins Gebet.

RR: Doch, doch. - Es ist gut, daß du die Frage stellst, die den Eindruck erweckt, dumm zu sein, aber sie ist es nicht wirklich. Ich bemühe mich darum, daß unser Ritual nichts Maschinelles wird, sondern dem tieferen Sinn entspricht, immer richtiger wird. Dieses Opfer ist eine japanische Zeremonie. In Japan hat man kein Brot, in Japan hat man eine Schale mit Reis. In dem Augenblick, wenn er dargereicht wird, nehmen die Mönche mit den Stäbchen aus der Eßschale Reis heraus und bieten ihn den *Gakis* dar. Wir essen Brot. Normalerweise müßte

man es in die Schale legen und von diesem Brot, das dargereicht wird, ein Stück daneben legen. Das mache ich, wenn ich das Sutra rezitiere.

Ich benütze die Gelegenheit, um darauf hinzuweisen, daß, wenn man seine Eßschale mit Tee ausspült und das Gashi sen pas-sui rezitiert, man diesen Nektar - es ist kein Spülwasser, sondern Wasser, Tee, der mit der Nahrung vermischt worden ist, und davor hat man großen Respekt - den Toten anbietet. Jetzt geht es um die Geister der Toten, nicht die hungrigen Geister. Man teilt den Nektar mit ihnen. In den Tempeln läßt man an dieser Stelle ein Becken vorbeigehen und alle gießen das Wasser, oder einen Teil des Wassers, in dieses Becken und dann wird es geopfert. In demselben Geist möchte ich, dass wir das während des Sesshins auch wirklich praktizieren, d.h. also, daß es an jedem Tisch ein Gefäß gibt, in das wir dieses Wasser zurückgießen können, und die Verantwortlichen bringen es wirklich auf den Friedhof und gießen es dort aus. Entweder man macht die Dinge bis zum Ende richtig, oder man macht sie gar nicht. Sonst ist das rein mechanisch.

F: Wie sieht das Zen Kunst an? Gibt es diesbezüglich Konzeptionen, Texte?

RR: Die Geschichte zeigt, daß viele Zen-Mönche, Zen-Meister, auch Künstler waren. In Zeichnungen, in der Kalligraphie aber z.B. auch in der Gartenkunst, in der Teezeremonie haben sie eine Form entwickelt, die es ihnen erlaubt, ihr *Hishiryō*-Bewußtsein, ihren Zazen-Geist zum Ausdruck zu bringen. Und es gibt Bücher, die sich Zen-Kunst nennen. In ihnen findet man häufig viele Kalligraphien, die von Mönchen gemacht wurden.

Aber es gibt keine Theorie. Man kann eigentlich nicht von der Kunst des Zen sprechen. Es gibt Zen-Praktizierende, die es als eine Ausdrucksweise - andere Ausdrucksweisen können *Samu* sein, moralisches Verhalten - gewählt haben, eine schöne Form zu schaffen. Daß sie Zazen praktizieren, vom Zazen-Geist geprägt sind, konkretisiert sich in Zeichnungen und ist Ausdruck ihres Erwachens. Das nennt man Zen-Kunst, aber es gibt keine besondere Ästhetik.

Natürlich hat man Bücher darüber geschrieben und analysiert. Die Künstler, die Zazen praktizieren, kommen zu einer viel schmuckloseren Ausdrucksform und lassen der Spontaneität der Form, der Geste viel mehr Platz. Es ist kein konstruiertes Gemälde, über das zuvor sehr viel nachgedacht wurde, sondern es ist spontan. Vor allem gibt es viele leere Räume. Das ist Ausdruck von *Shiki soku ze ku*. Ein Zeichnung des Zen ist wirklich eine Form, die Leerheit darzustellen, wohingegen die abendländischen Gemälde oft sehr beladen sind. Außer in bestimmten Formen moderner Kunst sieht man nur in wenigen Gemälden, daß Leerstellen gelassen werden.

Ein anderer Aspekt ist, daß die Künstler im Abendland sich oft bemüht haben, ein Werk zu schaffen. André Malraux sprach davon, daß es sich um Bemühen handle, dem Tod zu entkommen, eine Spur zu hinterlassen. Das ist ein Teil des Egos, das überleben, unsterblich werden möchte, indem es ein Bild signiert. Das ist nicht der Zen-Geist. Ein Zen-Werk kann nicht signiert werden, sondern ist eher Ausdruck der Sterblichkeit als des Wunsches nach Unsterblichkeit. Das bedeutet auch, daß man der Kunst - um es vom Zen aus auszudrücken - nicht verhaftet sein soll. Wenn man Kunst machen möchte, handelt es sich bereits nicht mehr um Zen.. Der Sinn des Zen ist es, alle Egoanhaftungen aufzugeben.

F: Heute morgen hast gesagt: "Zazen ist die Rückkehr zum ursprünglichen Selbst."

RR: Ich habe nicht vom "ursprünglichen Selbst" besprochen.

F: Sondern?

RR: Ich habe von etwas Ursprünglichem gesprochen, aber ich habe nicht vom "Selbst" gesprochen.

F: Dann hat sich meine Frage erledigt. Ich hatte verstanden, du habest gesagt: "Zazen ist die Rückkehr zum ursprünglichen Selbst." Da wollte ich wissen: Was ist "Selbst" und was ist "ursprünglich". Ist das eine Metapher oder kann man das konkretisieren?

RR: Das ursprüngliche Selbst ist kein Selbst. Es ist das Nicht-Selbst. Dazu kehrt man in Zazen zurück.

F: Ich nehme wahr, in welchem Augenblick ich ausweiche. Bezüglich dessen, was du heute morgen gesagt hast, der Leerheit. Ich möchte wissen, warum der Geist immer der Leerheit ausweichen möchte.

RR: Ich glaube, daß man die Leerheit als etwas Tod-Gleiches sieht, als Nicht-Existenz, und davor hat man natürlich Angst. Aber in Wirklichkeit ist die Leerheit nicht das Nichts, sondern unsere wirkliche Natur, eine Natur, die keine Natur ist, eine substanzlose Natur, ohne irgend etwas Festgelegtes. Die wirkliche Natur, das wahre Selbst, das ein Nicht-Selbst ist, besteht darin, daß man nur in Beziehungen existiert, nicht aufgrund seiner Selbst, nicht alleine.

Leerheit ist also Leerheit von einem festgelegten Selbst, aber Leerheit als solche existiert auch nicht. Man spricht von Leerheit nur bezogen auf die Täuschungen des Selbst, und die Leerheit hat nur die Funktion, uns von unseren Täuschungen zu befreien. Wenn man sich an die Leerheit klammert, macht man daraus eine Täuschung, und es gibt überhaupt kein Mittel mehr, sich zu befreien. Wenn man aber Angst vor der Leerheit hat, dann wird man sein ganzes Leben lang am Erwachen vorbeigehen.

Das ist die Angst des Egos, das ist Verblendung aufgrund von Mißverstehen. Zazen ist wie Buddha, der uns an die Hand nimmt und uns die wirkliche Leerheit erfahren läßt, die kein Nichts ist, die der Geist ist, der immer jenseits unserer Vorstellungen ist, völlig in Einheit mit dem ganzen Kosmos, nicht in sich selbst verschlossen. Das zu realisieren ist erwachen. Das ist nichts, was uns Angst machen muß.

Vielleicht handelt es sich auch um eine Frage der Ausdrucksweise: "Leer" bedeutet nicht "nichts", sondern leer von etwas, z.B. ist ein leeres Zimmer nicht nichts, sondern ein Zimmer, in dem Raum ist. In einem leeren Zimmer kann man vieles machen. Es ist nicht "nichts", es ist dort, wo Raum ist. Es ist für uns wichtig, diesen Raum wiederzufinden. *Ku*, das chinesische Ideogramm für Leerheit, bedeutet auch Himmel. Wenn Christus sagte, das Himmelreich existiere in unserem Geist, hätte er auch sagen können: *Ku* existiert in unserem Geist. Das ist die Leerheit. Man muß also keine Angst davor haben. Unser Ego hat Angst, weil es dadurch in Frage gestellt wird.

Aber das bedeutet nicht, daß man nicht existiert, d.h. nicht, daß man "nichts" ist, d.h. nicht, daß man nicht existiert. Die wirkliche Natur unserer Existenz ist, daß man nicht für sich selbst existiert. Diese Leere ist nichts Bestimmtes. Wenn man das feststellt, ist es die Befreiung. Das läßt zu, daß wir unsere Täuschungen loslassen. Also hab keine Angst davor.

F: Es geht noch einmal um das Mahlzeiten-Sutra. In ihm ist die Rede von sechs Welten, um was handelt es sich da?

RR: Das sind die Welten der Transmigration. Von diesen sechs Welten wird zum einen gesagt, daß wir aufgrund unseres *Karma* in sie wiedergeboren werden, zum anderen sind es die Welten, in die wir aufgrund unsere Geisteszustandes von Augenblick zu Augenblick wieder geboren werden. Ich möchte nur kurz darauf antworten.

Die erste ist die Höllenwelt: Wenn man völlig in hoffnungslosen Leiden gefangen ist, handelt es sich um diese Welt.

Die zweite ist die Welt der *Gaki* - der gierigen Geister. In Kunstwerken werden diese Wesen mit einem kleinen Mund und einem großen Bauch dargestellt. Sie sind immer unbefriedigt, weil ihr Mund zu klein ist. - Das bedeutet also, völlig in Gier zu leben, völlig von Gier besessen zu sein.

Die dritte Welt ist die Tierwelt. Man erzählt im Zen immer wieder Geschichten von Leuten, die als Bären und Füchse wiedergeboren wurden, es gibt diese Idee, daß man als Tier wiedergeboren werden kann, eine Funktion unseres Karmas. - In unserem Leben bedeutet, den Geist eines Tieres zu haben, von den Instinkten besessen zu sein. Das ist ein Zustand, in dem man wenig Möglichkeiten hat zu erwachen.

Die vierte Welt ist die Menschenwelt. Das ist die Welt, in der man normalerweise mit seinen Berufs- und Familienproblemen befaßt ist.

Dann kommt die Welt der *Asuras*. Das sind kriegerische Gottheiten, aggressive Geister, manchmal nennt man sie Titanen. - In unserer Welt handelt es sich um Leute, die immer im Wettbewerb sind. Aggressivität finden wir heutzutage sehr häufig.

Die sechste Welt ist der *Deva*-Zustand der Götter, das Zustand, wenn man im Himmel wiedergeboren wird. - Innerlich bedeutet das: In einem Zustand von Glückseligkeit zu sein. Aber selbst dieser Zustand ist ein täuschender Zustand, ist ein bedingter Zustand.

Was diese sechs Zustände angeht, so sind sie dadurch charakterisiert, daß sie bedingt sind. Sie sind bedingt und damit unbeständig. Also bewegt man sich ständig von einem Zustand zum andern. Ziel der Unterweisung Buddhas ist es, sich aus diesem Zyklus der Transmigration zu befreien - oder dort zu bleiben: Der *Bodhisattva* bleibt in diesen Welten, ohne an ihnen zu haften. Er ist aus Mitgefühl da, um den anderen zu helfen.

F: Ich wollte fragen, warum es in unserer Linie kein *Dokusan* gibt?

RR: Das gibt es: Seit vier Tagen habe ich jede Menge Leute empfangen. Aber es ist ein informelles *Dokusan*: Es ist ein Treffen mit einem Schüler von Angesicht zu Angesicht, aber nicht formell, also mit einem *Kyosaku* daneben, *Sampais* und einer Antwort auf dein *Koan*. - Aber auch das ist *Genjo-Koan*: Die Leute kommen mit dem *Koan* ihres Lebens, mit Problemen des Augenblicks und bemühen sich, das unter dem Licht der Praxis zu erhellen.

Das Problem liegt darin, daß wir mehr als 300 sind und es praktisch unmöglich ist, jeden einzeln zu empfangen. Dazu kommt, dass - selbst wenn man glaubt, sein eigenes Problem, sein eigenes *Koan* des Augenblicks sei sehr speziell - es doch in Wirklichkeit so ist, daß man dieselben Probleme mit allen teilt. Dann ist es besser, dieses Problem mit allen in der

Form eines öffentlichen *Mondos* zu teilen. Häufig finden sich viele Leute in einer Frage wieder, die jemand stellt. Dann fühlen sie sich bereits weniger allein, haben nicht den Eindruck, mit ihnen stimme etwas nicht, weil sie dieses Problem haben. Und die Antwort kann ihnen auch helfen. - Es ist weniger egoistisch, in ein *Mondo* zu gehen und es mit der *Sangha* zu teilen, als um ein persönliches Gespräch nachzusuchen.

In der Tiefe liegt es daran, daß wir kein *Koan* praktizieren, wie es im *Rinzai* geschieht, dass das kein System ist. Von daher ist das tägliche Treffen, um über das *Koan* zu sprechen, nicht erforderlich. Für uns ist das ganze Leben *Koan*, Manifestation der Wirklichkeit. Ausgehend davon kann man im *Mondo* sprechen.

F: Ich möchte über das Verzeihen sprechen.

RR: Mußt du jemandem verzeihen? Was hindert dich daran?

F: Ja. Ich bin in der Falle.

RR: Warum?

F: Weil es sich um ein Verzeihen handelt, das auf die Kindheit zurückgeht und sehr schwer ist. Das sind Leiden, die bis zur Kindheit zurückgehen. In der christlich-jüdischen Tradition spricht man davon, daß Verzeihen die Manifestation der Liebe ist. Ich habe einen Vortrag gehört, in dem es um Verzeihen und Gesundheit ging.

RR: Ich möchte aber zu dir zurückkehren: Was hindert dich daran, zu verzeihen?

F: Daß ich nicht genug Liebe habe. Ich habe schon verziehen, aber es gibt etwas, was ich nicht verzeihen kann. Ich glaube, daß man auch geduldig sein muß.

RR: Man muß auch sehen, daß das Ego, das verletzt wurde, schließlich keine Substanz hat, und daß die Geschichte völlig vorbei ist. Wenn man nicht verzeiht, dann meist deswegen, weil man einen Geist hat, der anhaftet.

F: Ja, aber man hat auch ein Gedächtnis, das Teil von uns ist.

RR: Aber du jetzt bist nicht mehr das kleine Mädchen, das verletzt worden ist, und die Person, die verletzt hat, ist nicht mehr die Person jetzt. Ihr habt euch verändert. Verzeihen wird häufig dadurch verhindert, daß man fixiert bleibt. Aber wenn man das begreift, was die *Zazen*praxis uns unterweist, das Leben hier und jetzt, dann existiert die Person, die verletzt worden ist, und die Person, die verletzt hat, nicht mehr.

F: Manchmal stelle ich fest, daß die Person sich nicht geändert hat. Ich weiß nicht, ob ich mich irre.

RR: Dann ist es nicht eine Frage des Verzeihens, sondern eine Frage des Mitgefühls, wie man dieser Person helfen kann, sich zu ändern. Dann muß man die Liebe haben, um dieser Person zu helfen, sich zu ändern. - Vielleicht bietet sich dazu einmal die Gelegenheit.

RR: Letzte Frage, während des *Sesshin* gibt es noch einmal ein *Mondo*.

F: Meine Frage bezieht sich auf das Verhältnis von Zen zu Gott oder dem Göttlichen. Ich habe gelesen, daß es eines der Charakteristika des Buddhismus ist, daß es keinen Gott gibt. Auf der anderen Seite wird in den *Sutren* mit einer Art von Verehrung auf Buddha oder auch auf *Bodhisattvas* Bezug genommen. Was für mich schwierig ist, ist: Wenn es diese Vorstellung von Gott oder vom Göttlichen nicht gibt, was macht das hier dann zu einer Form von Spiritualität und bewirkt, daß es nicht nur um eine Form des Wohlbefindens geht und um ein moralisch richtiges Verhalten? Ist das nur eine Frage von Wörtern, oder geht es darüber hinaus?

(*Ein Hahn kräht.*)

RR: Der hat immer das richtige Wort. - Nimm das als Antwort.

Jeder hat seine Vorstellung bezüglich Gott. Deshalb kann es auch der Hahnenschrei sein. Jeder, jede macht sich seine Vorstellung. Wenn man Meister *Deshimaru* das fragte, dann sagte er, daß jeder eine unterschiedliche Vorstellung von Gott hat. Es ist also sehr schwierig auf diese Frage zu antworten.

Ich neige - wie Meister *Deshimaru* - dazu zu sagen, daß in einem gewissen Sinne Buddha und Gott dasselbe sind. In dem Sinne, daß es sich um eine Dimension der Existenz handelt, die über den begrenzten Geist des Menschen hinausgeht. Der spirituelle Weg ermöglicht es uns, sie zu berühren, ermöglicht es uns, die Eingeschlossenheit in unserem kleinen Ego zu überschreiten und öffnet uns für eine wirkliche Kommunion mit allen Wesen. Diese Kommunion kann man Gott nennen.

In den Buch-Religionen hat man die Tendenz, Gott in einer sehr menschenzentrierten Weise zu personalisieren. Man stellt sich Gott als einen Menschen vor wie uns, der darüber hinaus noch Schöpfer ist. Im Buddhismus gibt es keinen Schöpfergott. Denn er ist nicht eine wirkliche Antwort auf die Frage der Existenz. Denn wenn man sich fragt: "Warum existiert etwas eher, als daß es nicht existiert?" - und das ist die grundlegende Frage - ist die Antwort des Christentums, daß es existiert, weil Gott es geschaffen hat, weil er es wollte. Dann stellt sich aber die Frage: Wer hat Gott geschaffen? - Niemand. Im allgemeinen sagt man, daß Gott nicht geschaffen wurde. D.h. für ihn gibt es keinen Ursprung, er existiert seit aller Ewigkeit.

Aus buddhistischer Sicht existiert die Welt schon seit immer, und es gibt keinen Ursprung. Man hat also eher eine Sicht wie Spinoza: Gott ist die Natur, die Welt, der ganze Kosmos. Die kosmische Ordnung ist Gott. Ohne Ursprung. Seit aller Ewigkeit bestehend. Was Geburt und Tod hat, ist die Täuschung des menschlichen Egos. Wenn man sich mit diesem Körper und den fünf *Skandhas* identifiziert, die man dann "ich" nennt, hat das eine Geburt und einen Tod. Aber das ist so, weil es sich um eine täuschende, geistige Konstruktion handelt. In Wirklichkeit gehört alles, was uns ausmacht, nicht uns, hat keine Substanz, kein Ego. Wenn man das versteht, versteht man die wirkliche spirituelle Dimension. Man realisiert die göttliche Dimension unseres Lebens, die Nichtgetrenntheit vom Kosmos, jenseits unserer kleinen persönlichen Grenzen. Das ist die spirituelle Dimension; ob man es dann Gott oder Buddha nennt, ist nicht so wichtig.

Dienstag, 28.8.01, 20.30 Uhr

Gebt während Zazen alle eure Energie der Praxis. *Sensei* sagte uns immer: "Ihr müßt Zazen mit

der gleichen Energie praktizieren, als handele es sich um eine Frage von Leben und Tod." *Dogen* sagte: "So als müßtet ihr ein Feuer löschen, das auf eurem Kopf brennt." So verliert man nicht seine Zeit. Die Energie, die der Praxis gegeben wird, wird zur Energie von Zazen selbst. Auch wenn diese Energie von uns kommt, ist sie, wenn sie Zazen gegeben wird, die Energie von Zazen, ist nicht mehr die des Egos, ist die Energie des Zazen, das über uns selbst hinaus geht. Das hat nichts mehr mit Willensanstrengung zu tun. Wenn ihr praktiziert, könnt ihr dies bestimmt spüren.

Vimalakirti sagt: "Der Sitz des Erwachens, der Sitz, auf dem man Zazen praktiziert, ist der Sitz der Energie, die das Brüllen des Löwen bewirkt. Denn sie unterscheidet ohne Furcht und Zittern."

Das Löwengebrüll ist die Unterweisung Buddhas, das *Dharma*, das alle Täuschungen fliehen läßt. - Manchmal bewirkt sie auch, daß manche Praktizierenden weglaufen. - Das ist wie im *Hannya Shinyo* die Unterweisung von *Ku*, der Leerheit, der Leereit aller unserer gedanklichen Konstrukte. Diese Wahrheit zu erkennen bedeutet, ohne Furcht zu unterscheiden, die Wirklichkeit ohne Furcht so zu sehen, wie sie ist, und mit einem *Mushotoku*-Geist zu praktizieren. Sehen, daß es in der Praxis von Zazen nichts zu erfassen gibt, und den Geist fallenlassen, der immer etwas erhalten möchte.

Die Unterweisung von *Ku*, die *Mushotoku-Praxis*, verglich *Kodo Sawaki* mit dem Brüllen eines Löwen in den Ohren eines Hühnchens. Diejenigen, die das wirklich realisieren, können ohne Furcht leben. Das hat Meister *Deshimaru* vor seinem Tod gewünscht, als er vom Jahr der Nicht-Angst sprach.

Wenn man dieses Zazen praktiziert, sich wie *Vimalakirti* auf den Sitz des Erwachens setzt, kann man der wirkliche *Bodhisattva* werden, auf dem Weg gehen, die Kraft haben, allen Wesen zu helfen.

Mittwoch 29.8.01, 6.30 Uhr

Seit Beginn der Vorbereitungszeit habe ich mich von der Unterweisung *Vimalakirtis* inspirieren lassen. *Vimalakirti* war ein großer *Bodhisattva*, der zu Zeiten *Shakyamuni Buddhas* lebte. Er war ein Laienschüler, der die Unterweisung Buddhas tief verstanden hatte. In dem *Sutra*, das seinen Namen trägt und das im 2. Jahrhundert nach Christus redigiert wurde, etwa 700 Jahre nach dem Tod Buddhas, wird *Vimalakirti* als ein großer *Bodhisattva* dargestellt, der Buddha gleicht, der mit vielen Buddhas der Vergangenheit praktiziert hat, der in einem anderen Leben Mönch gewesen war und der sich entschieden hatte, in dieses Leben als Laie zu kommen, um allen Wesen zu helfen, insbesondere den Schülern Buddhas. Damit sie besser die Essenz seiner Unterweisung realisieren konnten.

Dafür verwendet er ein geschicktes Mittel: Er wird krank, legt sich ins Bett und empfängt alle möglichen Leute, denen er dann eine Lehre erteilt. Buddha selbst möchte seine engsten Schüler zu ihm schicken, aber jeder hat eine Entschuldigung, um nicht hinzugehen, denn sie schämten sich ihrer Unwissenheit gegenüber *Vimalakirti*. Um sich zu entschuldigen, erzählt jeder dem Buddha, was bei der letzten Begegnung mit *Vimalakirti* geschehen war. *Prabhavyuha* z.B. erzählte, wie *Vimalakirti* ihm erklärt hatte, wie er vom Sitz des Erwachens kommt. Am Ende dieser Unterweisung, sagt *Prabhavyuha*, hätten 500 Götter und Menschen den Gedanken des höchsten Erwachens erzeugt. "Was mich betrifft," sagt er, "war ich zum Schweigen gebracht und wußte nichts zu antworten. Deshalb bin ich nicht in der Lage, diesen heiligen Mann zu seiner Krankheit zu befragen."

Buddha wandte sich also an einen anderen Schüler, den *Bodhisattva Jagatimdhara* und forderte ihn auf, *Vimalakirti* zu befragen. Aber auch dieser entschuldigte sich: "Ich erinnere mich, dass ich eines Tages zu Hause war und *Mara*, der Dämon, der von seinen 12.000 Töchtern umgeben und als Indra verkleidet war, sich mir mit Musik und Gesang näherte und mich grüßte. Ich hielt ihn für *Sakra*, den Götterkönig, und sagte zu ihm: 'Sei willkommen. Aber bleibe wachsam inmitten all dieser Freuden, denn all diese Freuden sind vergänglich, kurzzeitig. Im Körper, im Leben soll man nur das nehmen, was fest ist.'" Kurz gesagt, er versuchte zu unterweisen.

Mara antwortete ihm: "Heiliger Mann, akzeptiere also diese 12.000 göttlichen Mädchen und mache sie zu deinen Dienerinnen." *Jagatimdhara* antwortete ihm: "Biete sie nicht mir an, denn ich bin Mönch, ein Schüler Buddhas. Das gehört sich nicht."

Wir hatten gerade aufgehört zu sprechen, als *Vimalakirti* zu Besuch kam. Nachdem er begrüßt hatte, sagte *Vimalakirti*: "Halte ihn nicht für *Sakra*. Es ist *Mara*, der sich verkleidet hat, um dich in Verwirrung zu stürzen und sich über dich lustig zu machen." Und zu *Mara* sagte er: "Da diese Töchter nicht zu einem Mönch, zu einem Schüler Buddhas, passen, gibt sie mir. Sie passen ausgezeichnet zu mir, da ich ein Laienschüler bin." *Mara* war erschrocken und unzufrieden und sagte sich: "*Vimalakirti* ist gekommen, um mich zu verstören." Er wollte fliehen, wurde aber von den magischen Kräften *Vimalakirtis* zurückgehalten. In diesem Augenblick ließ sich eine Stimme vernehmen, die zu *Mara* sagte: "Übergebe diese Mädchen diesem Heiligen. Dann kannst du in deine himmlische Wohnung zurückkehren." Gegen seinen Willen gab *Mara*, der sehr verängstigt war, seine Töchter *Vimalakirti*.

In der Geschichte des Buddhismus taucht *Mara* immer wieder als Versucher auf. Er herrscht über die Welt der Wünsche und ist ständig bestrebt, alle Wesen darin festzuhalten und sie daran zu hindern, den Weg zu praktizieren und zu erwachen. Jedes Mal schickt er seine Dämonen-Armee und seine Töchter. Entweder benutzt er Gewalt oder Verführung. Aber er benutzt auch alle anderen *Bonnos*. Manchmal wird er unser eigener, innerer Dämon.

Nachdem er die Mädchen empfangen hatte, sagte *Vimalakirti* zu ihnen: "Ihr wurdet mir von *Mara* gegeben. Erzeugt jetzt den Gedanken des höchsten Erwachens." Er gab ihnen eine Unterweisung, die es ihnen erlaubte, *Bodaishin*, den Geist des Erwachens, zu realisieren. Dann sagte er zu ihnen: "Ihr habt *Bodaishin*, den Geist des Erwachens, realisiert. Von nun an könnt ihr eure Freude und eure Überzeugung im großen Garten des Dharmas einbringen." Die Mädchen fragten ihn: "Was ist diese große Freude?" - Die diesbezügliche Unterweisung *Vimalakirtis* werden wir während des Sesshins kennenlernen.

Freitag, 31.8.01, 6.30 Uhr

Schlaft nicht! Kehrt immer wieder zurück zur Konzentration auf eure Haltung. Legt Energie in die Nierengegend, neigt gut das Becken nach vorne, drückt gut mit den Knien auf den Boden. Streckt gut die Wirbelsäule und den Nacken, drückt mit der Schädeldecke in den Himmel. Zieht das Kinn zurück, entspannt vollständig die Schultern und auch den Bauch.

Laßt die Ausatmung sich vertiefen und begleitet sie mit einem Druck auf die Eingeweide nach unten hin - bis die Ausatmung auf natürliche Weise tief wird, bis zu dem Punkt, wo man am Ende der Ausatmung nichts mehr zurückhält, nicht nur keine Luft in den Lungen, sondern auch keines unserer gedanklichen Gebilde.

Nichts zurückzuhalten, ist ein wesentlicher Punkt unserer Praxis. Wenn man so praktiziert, wird Zazen selbst ein großer Spiegel. *Vimalakirti* sagt: "*Es ist der Sitz der Klarheit des Spiegels; der Sitz des dreifachen Wissens. Denn er löscht alle Bonnos aus und erlangt die endgültige Weisheit ohne, dass ein Irrtum zurückbleibt.*"

Oft wird Zazen mit einem Spiegel verglichen. Während des Zazen spiegeln sich alle die Phänomene unseres Lebens so, wie sie sind. 'Wie sie sind' bedeutet unfaßbar. Meister *Joka* sagt: "Es ist nicht schwierig, die Form im Spiegel zu sehen, aber er ist kein Mittel, um den Mond im Bachlauf einzufangen." Man könnte meinen, dass, weil man nicht in die richtige Richtung schaut, unser Geist nur Widerspiegelung ist und dass es außerhalb des Geistes eine tatsächliche Wirklichkeit gibt, die man erfassen könnte. In Wirklichkeit täuscht uns der Spiegel nicht, sondern zeigt uns die Wirklichkeit so, wie sie ist. Denn der Mond am Himmel ist nicht faßbarer als seine Widerspiegelung im Spiegel. Wenn man das klar sieht, wird unsere Zazenpraxis wirklich der Sitz des Erwachens, der alle *Bonnos* auslöscht. Indem sie die Wurzel abschneidet, das heißt den Glauben, dass es etwas gibt, das man erfassen könnte, oder dass es etwas gibt, das man auslöschen müßte. Es gibt niemanden, der etwas erfassen oder auslöschen könnte.

Vimalakirti fügt hinzu: "*Er ist der Sitz der völligen Durchdringung aller Dharmas in einem einzigen Augenblick. Denn er verwirklicht umfassend die Allwissenheit.*"

Man verwendet viel Zeit und Energie darauf, Wissen anzusammeln, aber das wirkliche Wissen entgeht uns. Das, was es uns ermöglicht, die Wirklichkeit in einem einzigen Augenblick so zu sehen, wie sie ist, ist es, was der Spiegel von Zazen verwirklicht. Denn das einzig wirkliche Wissen ist nicht das, das es uns erlaubt, die Natur zu entdecken, sondern das, das uns und alle Wesen vom Leiden befreit, d.h. von unseren Täuschungen. Diejenigen, die sich in dieser Praxis engagieren, sind die *Bodhisattvas*. Indem sie immer wieder zum Sitz des Erwachens zurückkehren, indem sie das wirkliche Zazen Buddhas praktizieren.

Freitag, 31.8.01, 10.30 Uhr

Wenn man auf der rechten Seite des *Dojos* sitzt, richtet man sich nach der Person rechts von einem aus. Die *Kyosaku*-Leute müssen den anderen dabei helfen, sich in Reihen zu setzen.

Denkt auch gut daran, euer *Kesa* auf das *Zafu* zu legen. Es darf nicht hinter einem auf dem Boden hängen, es muß auf dem *Zafu* gefaltet sein und darf nicht das *Zafu* umschließen.

Es ist immer ein Problem, sich in Reihen zu setzen. Der wichtige Punkt ist, dass man nicht allein praktiziert. Man muß sich völlig mit den anderen harmonisieren. Selbst wenn man glaubt, an der richtigen Stelle zu sein, kann man das nicht allein entscheiden, man muß um sich herum schauen und die anderen sehen, nicht nur sich selbst. Und auch die Empfehlungen der *Kyosaku*-Leute akzeptieren.

In seiner Unterweisung an *Prabhavyuha*, von der ich mich seit Beginn der Session anregen lasse, sagt *Vimalakirti*, was es bedeutet, auf dem Sitz des Erwachens zu sitzen. Wir sagen oft, dass Zazen selbst *Satori* ist, aber das darf kein Refrain sein, sondern muss eine tief gelebte Wirklichkeit sein, aus der unser ganzes Leben kommt, die sich im Alltag manifestiert. Es darf nichts Abstraktes sein und auch nichts Flüchtliges während Zazen, keine besondere Erfahrung, sondern all das, was unser Gehen durch das Leben beseelt.

Vimalakirti beendet seine Belehrung *Prabhavyuhas*, indem er sagt: "Wenn die Bodhisattvas den wirklichen Gang haben," - d.h. wenn sie wirklich auf diesem Weg gehen, wenn ihr Gehen selbst der Weg wird, "dann kommen sie alle vom Sitz des Erwachens so wie Buddha" - kein Unterschied.

Das Gehen eines *Bodhisattvas* ist das Gehen auf der Erde mit allen Praktiken, die es erlauben, das Erwachen zu vertiefen und es den anderen weiterzugeben.

Zumeist eilt man von hier nach dort, oft rennt man sogar, hinter all den Objekten unserer Wünsche her, ohne jemals zu einer wirklichen Befriedigung zu gelangen. Die ganze Welt wird aufgeregt. Oft läuft man, als wolle man der großen Gefahr entkommen, seine Zeit zu verlieren, sein Leben, ohne wirklich dahin zu gelangen, dies zu verhindern.

Diejenigen, die die Gelübde des *Bodhisattva* ablegen, gehen ruhig über die Erde. Sie machen aus jedem Schritt, jedem Gehen, eine Praxis. Motiviert einzig durch das Mitgefühl, um allen Wesen zu Hilfe zu eilen. Dieses Gelübde des Mitgefühls abzulegen, ist der erste Schritt auf dem Weg, deshalb rezitieren wir dieses Gelübde alle gemeinsam. Es ist der wirkliche Zugang zu dem Weg des *Bodhisattvas*. Wenn man das wirklich tut, kann man eine große Freude empfinden, denn es bedeutet in den Weg einzutreten, der alle Wesen zur wirklichen Freude und zum wirklichen Glück führt.

Dieses Gehen des *Bodhisattva* wurde oft in den Sutren sehr detailliert beschrieben. Es besteht im Wesentlichen in der Praxis der verschiedenen *Paramita*: in der Gabe, den Geboten, der Geduld, der Energie, der Konzentration und der Weisheit. Jede dieser Praktiken stellt ein besonderes Land dar, auf dem die *Bodhisattvas* gehen. Insgesamt gibt es zehn Länder. Das ist eine bestimmte Art und Weise das auszudrücken, denn jede Parzelle dieser weiten Erde ist ein hervorragender Praxis-Ort für einen *Bodhisattva*. Wenn der *Bodhisattva* in das zehnte Land kommt (in dieser Sichtweise des Gehens), dann hat er alles nützliche Wissen verwirklicht, um allen Wesen zu helfen. Er hat alle geeigneten Mittel vollständig vervollkommen. Traditionellerweise stellt man in die *Dojos* eine Statue des *Bodhisattva Manjushri*. Er ist ein *Bodhisattva*, der in diesem 10. Land angelangt ist. Jede, jeder hier in diesem *Dojo* kann wie *Manjushri* werden.

Bittet nicht um den *Kyosaku*, er wird jetzt nur denen gegeben, die schlafen. Wenn ihr darum bitten könnt, dann schlaft ihr nicht. Wenn ihr die Tendenz habt einzuschlafen, konzentriert euch auf die Einatmung und haltet die Augen gut geöffnet. Der *Kyosaku* im *Dojo* ist wie das Schwert *Manjushris* eine Hilfe, um zum Erwachen zurückzukehren. -

Vimalakirti fährt fort, indem er sagt: "Die Bodhisattvas sind mit der Fähigkeit ausgestattet, die Wesen reifen zu lassen." D.h., dass sie ausgehend von den Erscheinungen des Alltags die rechte Gelegenheit ergreifen, um den Wesen zu helfen zu erwachen. Sie beginnen bei sich selbst, denn sie machen keinen Unterschied zwischen sich selbst und den anderen. Der *Bodhisattva* ist immer auf dem Weg, niemals irgendwo angekommen. Er ist auf dem Weg gemeinsam mit den anderen.

Die *Bodhisattvas* verfügen über das, was man die Wurzeln des Guten nennt, über all das, was hilft, das Leiden zu heilen, die drei Gifte zu heilen:

- Gier heilen sie, indem sie Großzügigkeit praktizieren.
- Haß heilen sie, indem sie allen Wesen gegenüber Wohlwollen praktizieren, wer auch immer sie sind. Nicht nur den Leuten gegenüber, die man mag. Nicht nur den Leuten gegenüber, die eine gute Praxis haben, sondern gegenüber allen lebenden Wesen.

- Verblendung heilen sie, indem sie die richtige Sicht entwickeln, indem sie damit anfangen, sich selbst so zu sehen, wie man ist.

Es ist die eigene Praxis des *Bodhisattva*, die den anderen hilft.

Vimalakirti schließt, indem er sagt: "Was auch immer die Bodhisattvas machen, ob sie irgendwo hin gehen oder von irgendwo her zurück kehren, ob sie voranschreiten oder stehen bleiben, ob sie den Fuß auf die Erde stellen oder ob sie ihn heben, alles kommt vom Sitz des Erwachens her, dem wirklichen Dharma Buddhas."

Ein *Sesshin* auf der *Gendronnière* zu machen bedeutet, dieses gemeinsame Gehen wir wiederzufinden und fortzusetzen. Indem wir uns auf den Sitz des Erwachens setzen, auf das wirkliche *Zafu* Buddhas. Nicht auf ein schlafendes *Zafu*.

Freitag, 31.8.01, 16.30 Uhr

Am Ende der Vorbereitungszeit habe ich erzählt, wie *Vimalakirti* die 12 000 Töchter *Maras* empfangen hat. *Mara* hatte sie zunächst einem Schüler Buddhas angeboten, um ihn vom Weg abzubringen. Da der Mönch war, hatte er abgelehnt. *Vimalakirti* sagte: "Ich bin ein Laie, ich kann sie empfangen." Sofort bemühte er sich, sie *Bodaishin* verwirklichen zu lassen, den Geist, der den höchsten Weg sucht, nicht nur für sich selbst, sondern um allen Wesen zu helfen, sich aus ihrem Leiden zu befreien.

Sicherlich hat er ihnen die Leerheit all der Sinnesobjekte gezeigt, denen sie in ihrem Paradies hinterherlaufen und auch die Unbeständigkeit ihrer Situation. Sobald sie ihren Wunsch auf den Weg hin ausgerichtet hatten, sagte er zu ihnen: "Es ist der große Garten des Dharmas, in den ihr Vertrauen und Freude legen könnt, und nicht mehr die fünf Sinnesobjekte." - Farben, Töne, Gerüche, Geschmäcker, Gegenstände der Berührung.

Als Meister *Deshimaru* die *Gendronnière* gegründet hat, hat er sie *Zendonienji* genannt. *En*, der Garten, der Garten des Zen-Weges, *ni* sind die Nonnen - aber natürlich sind auch die Mönche gemeint. Es ist der Ort, an dem man die Freude des Dharmas realisieren kann. So wie es *Vimalakirti* sagte, die Freude, die man empfindet, wenn man großes Vertrauen zu Buddha spürt; wenn man wünscht, seine Unterweisung zu hören und zu praktizieren.

Gegenwärtig, in einer Zeit, in der viele Menschen sehr desorientiert sind, in der im wesentlichen materielle Werte vorherrschen, in der viele das Vertrauen in traditionelle Religionen verloren haben, haben viele Vertrauen in die Unterweisung Buddhas. Sie wird zur Quelle großer Freude, und man kann unmittelbar ihre Auswirkungen wertschätzen. Es ist kein Versprechen, das auf später gerichtet ist oder auf ein Leben im Jenseits. In dem Augenblick, in dem man die Lehre Buddhas hört, sich in *Zazen* setzt, kann man große Befreiung spüren, kann sich der Geist völlig wandeln und frei werden von den Ursachen von Angst und Besessenheit. Schnell wird man in *Zazen* Frieden finden und das Gefühl, dass man nach Hause zurückgekehrt ist. Diese große Freude hängt nicht davon ab, dass man etwas ergriffen hat, sondern im Gegenteil davon, dass man das Bedürfnis losgelassen hat, sich etwas aneignen zu wollen und von etwas abhängig zu sein. Ab dem ersten Augenblick der Praxis beginnt die Entgiftung.

Vimalakirti fügt hinzu: "Die Freude ist auch die Freude der Gemeinschaft, der *Sangha*, zu dienen." Die *Sangha* ist die reine Gemeinschaft derer, die mit uns auf dem Weg gehen. Sie verdient es, dass man ihr dient, insbesondere durch *Samu*. *Samu* bedeutet: Dienst für die

Gemeinschaft. *Samu* machen auf der Gendronnière, überall. Dabei könnt ihr diese Freude empfinden. Der *Sangha* zu dienen, ist etwas völlig anderes, als bezahlte Arbeit zu leisten, bedeutet, völlig unserem höchsten Ideal zu dienen.

Vimalakirti fährt fort: "Es ist auch die Freude, den Meister zu respektieren." - Das setzt voraus, dass man einen gefunden hat. Respekt vor dem Meister zu zeigen, ist eine große Freude. Alle haben das Bedürfnis nach Respekt. Es ist ein großes Leiden, nicht Respekt üben zu können. Es ist natürlich eine große Verantwortung derjenigen, die die Unterweisung empfangen haben und sie weitergeben, diesem Respekt würdig zu sein und so zur Freude derjenigen beizutragen, die hierher kommen, um hier praktizieren zu können.

Samstag, 1. 9. 2001, 6.30 Uhr

Jeden Morgen sagen die *Kyosaku*-Leute, dass immer noch viele Lichter brennen. Achtet zumindest morgen darauf. Wenn ihr der letzte seid, der raus geht, macht das Licht aus.

Die Töchter Gottes fragten *Vimalakirti*: „Was ist das für eine Freude, die den Garten des *Dharmas* zum Gegenstand hat, das Dharmarama? Wir sind es gewöhnt, in einem Paradies zu leben, das so gestaltet ist, dass es all unsere Sinneswünsche befriedigt, um uns Vergnügen zu bereiten.“

Es ist wie unsere Gesellschaft, die sich dahin zu entwickeln bemüht. Das Vergnügen hängt immer davon ab, dass man etwas aus den Kontakten mit einem Gegenstand erhält. Man kann es suchen, sich daran klammern, davon abhängig werden. Aber Freude kann nicht gesucht werden. Sie erscheint als natürliche Auswirkung beim Gehen auf dem Weg. Das hat *Vimalakirti* geantwortet. Seine Antwort ist die Freude, entschlossen an Buddha zu glauben, den Wunsch zu haben, seine Unterweisung zu hören, der Gemeinschaft zu dienen, den Hochmut zu vertreiben und die Meister zu respektieren.

Bis dahin war ich gestern gekommen. Ich hatte nur den Punkt, den Hochmut zu vertreiben, vergessen. Das ist ein sehr wichtiger Punkt. Wenn man voller Hochmut ist, kann man nicht nur nicht die Meister respektieren, sondern überhaupt niemanden. Denn man möchte sich immer über die anderen stellen, deshalb kritisiert man sie, und sie schließlich nicht respektieren, und am Ende wird man traurig. Traurig in einer Welt zu leben, in der es so wenige Wesen gibt, die man respektieren kann. Man wird traurig, die einzig wertvolle Person zu sein.

Demgegenüber empfindet man eine große Freude, wenn man von Personen umgeben ist, die man respektieren kann. Wenn man alle Wesen tief respektieren, sich vor ihnen in *Gassho* verneigen kann, so ist dies eine Quelle unablässiger Freude.

Vimalakirti spricht davon, den Meiser zu respektieren. Auch das ist eine große Freude, jemanden zu treffen, dem man als seinem Meister folgen kann, den man völlig respektieren kann, als denjenigen oder diejenige, die den Weg zeigt. Das impliziert natürlich Bescheidenheit und anzuerkennen, dass wir es nötig haben, erhellt zu werden. Auf Seiten desjenigen, der die Funktion des Meisters hat, ist es wichtig, dieses Respekts würdig zu sein. Dafür ist es wichtig, sich selbst darauf zu

konzentrieren, ein Schüler des Weges zu sein, damit fortzufahren, das *Dharma* zu vertiefen und zu praktizieren.

Vimalakirti fährt fort: „*Es ist auch die Freude, die dreifache Welt zu verlassen und bei keinem Gegenstand hängen zu bleiben.*“ Die dreifache Welt ist die Welt der Wünsche. Wir kennen sie gut: Die Welt der Anhaftungen an die Sinnesobjekte. Aber es gibt auch zwei subtilere Welten, in die man durch die Praxis der Meditation eindringt: Es gibt das was man die ‚Welt der reinen Form‘ nennt, in der es immer noch die Wahrnehmung von Formen gibt, in der man aber keinen Wunsch nach ihnen mehr verspürt. Schließlich gibt es die ‚Welt ohne Form‘. Das ist eine Welt, in der es keine Wahrnehmungen mehr gibt.

Oft konzentrieren sich diejenigen, die Meditation praktizieren, auf diese subtilen Geisteszustände und hoffen darauf, in diesen Welten wiedergeboren zu werden. So schaffen sie erneut eine Art von Anhaftung an bestimmte Geisteszustände. Das verwechseln sie dann mit Erwachen und Befreiung.

Die wirkliche Zazenpraxis besteht darin, aus dieser Transmigration in den drei Welten herauszukommen und sich wirklich an keinen Gegenstand zu klammern, wie subtil er auch sein mag. Sich an keinen besonderen Geisteszustand zu klammern, seine Unbeständigkeit zu betrachten und alle Zustände zu durchqueren, ohne an irgendetwas zu verweilen. Einfach damit fortfahren zu praktizieren, auf die Haltung und die Atmung konzentriert, ohne auf irgendetwas zu verweilen.

Wenn man so praktizieren kann, kann man frei die dreifache Welt betreten und aus ihr austreten. Ohne von der Welt missbraucht zu werden, kann man überall hin gehen. Denn der *Bodhisattva* schließlich nicht das Ziel, die Welt zu verlassen, sondern in ihr frei zu sein und so allen Wesen helfen zu können, sich zu befreien.

Vimalakirti setzt seine Unterweisung an die Gottestöchter fort: „*Es ist auch die Freude, die fünf Aggregate - die fünf Skandhas - als vorübergehend anzusehen und den Geist des Erwachens zu schützen.*“

Für *Vimalakirti* ist die Praxis aller Lehren Buddhas eine Freude und ich hoffe, dass wir wie er werden können.

Samstag, 1. 9. 2001, 10.30 Uhr

Vimalakirti setzt seine Unterweisung an die Töchter Gottes fort. Bezüglich der Freude sagt er zu ihnen: „*Es ist die Freude, den Geist des Erwachens zu schützen und das Gute für alle Wesen zu tun.*“

Wenn man den Geist des Erwachens nicht schützt, wenn man ihn verliert, wird die Praxis schwierig, manchmal traurig, so als müsste man eine schwere Last tragen. Denn der Geist des Erwachens macht den Sinn unserer Praxis leicht. Der Mensch hat das Bedürfnis nach Sinn in dem, was er tut. Man könnte sagen, dass der Geist des Erwachens der höchste Sinn ist, der Wunsch, das Erwachen zum Wohle aller Wesen zu erlangen.

Diesbezüglich sagte Meister *Deshimaru*: „Gewöhnliche Menschen haben viele kleine Wünsche, der Mönch hat nur noch einen großen Wunsch: allen Wesen zu helfen, sich zu befreien.“ Zu allen Wesen gehört man auch selbst. Im Geist des Erwachens schafft man keine Trennung mehr zwischen sich selbst und den anderen.

Der wichtige Punkt beim Geist des Erwachens ist, diese Ungetrenntheit zu sehen, den Nicht-Unterschied; dazu zu erwachen. Dann verschwinden die egoistischen Täuschungen, die unseren Egoismus ausmachen. Man kann all seine Energie einsetzen, um gemeinsam zu praktizieren. Aus dieser gemeinsamen Praxis entsteht die Realisation des wirklichen Sinnes unseres Lebens, also fehlt in dieser Praxis nichts mehr. Und wenn nichts mehr fehlt, ist es nicht nötig, irgendetwas erhalten zu wollen. Man ist befreit von seiner Gier, und aus dieser Befreiung entsteht eine große Freude. Nicht nötig irgendetwas zu bedauern. In der gemeinsamen Praxis eines jeden Augenblicks verwirklicht sich die wahre Natur unserer Existenz; nicht nötig, woanders zu suchen. Die starke Motivation, die den Enthusiasmus in der Praxis erzeugt, kann sich unmittelbar in Verwirklichung umformen. Deshalb ist es so wichtig, *Bodaishin* zu beschützen. Er ist Anfang und Ende aller Praxis, der wirkliche Geist Buddhas, der wirkliche Geist einer und eines jeden. So kann man verstehen, dass der Sinn unserer Praxis in der Praxis selbst liegt, und Sinn wird überflüssig, Gedanken sind nicht mehr nötig; die Praxis allein reicht aus.

Vimalakirti fügt hinzu: „*Allen Wesen Gutes tun.*“ - Was bedeutet das ‚allen Wesen Gutes tun‘? - Bestimmt nicht, ihre gewöhnlichen Bedürfnisse befriedigen zu wollen.

Jemand sagte mir bezüglich der Fete: „Wenn man die Musik morgens um 2 oder 3 Uhr anhält, sind die Leute frustriert, unzufrieden, fühlen sich nicht mehr wohl.“ - Die *Gendronnière* ist nicht der Ort, um gewöhnliche Bedürfnisse zu befriedigen, um die ganze Nacht hindurch zu tanzen und dann völlig übermüdet zu sein und während Zazen zu schlafen.

‚Allen Wesen Gutes tun‘ bedeutet, ihnen zu helfen, den Weg zu verwirklichen, sich dem Weg zuzuwenden. Um ihnen dabei zu helfen, müssen wir verstehen, dass es letztlich kein Wesen gibt, das zu retten ist. Wenn jede, jeder das versteht, sind alle von der Vorstellung eines Ichs, eines Egos, eines Selbst befreit. Das selbst ist das Erwachen Buddhas, die große Pforte der Befreiung. Dann kann man voller Freude gemeinsam praktizieren und leichten Fußes auf dem Weg vorwärts schreiten, im *Samadhi* spielen. Das ist ein Ausdruck aus dem Japanischen ‚Yuge sanmai‘. Meister *Deshimaru* hat ihn gerne kalligrafiert. Im *Samadhi* spielen bedeutet, all das zu praktizieren, was richtig ist, den Spielregeln zu folgen ohne sich jedoch zu bemühen, irgendetwas gewinnen zu wollen.

Vimalakirti erinnert die Töchter Gottes daran, worin die Praxis der *Paramita* besteht. - Das könnte Thema eines ganzen Sesshins sein, also werde ich dies jetzt nicht kommentieren. Er zeigt, wie die *Paramita* ein Heilmittel sind. Z.B. sagt er: „*Die Gabe schließt allen Geiz aus*“.

Es geht darum, in der Praxis der Gebote nicht nachzulassen, Ausdauer und Disziplin in der Geduld zu praktizieren. Die Wurzeln des Guten in der Energie aufrecht zu erhalten. Ein nicht aufgeregtes Wissen in der Praxis der Konzentration zu haben. - Dies ist ein besonders wichtiger Punkt. Oft weiß man vieles, man hat viele Lehren gehört, vor allem am Ende des Sommerlagers. Zwei Monate lang haben die *Godos* über Zen und Buddhismus gesprochen. Aber das darf kein aufgeregtes Wissen

werden, sondern eine wirkliche tiefe Weisheit durch die Praxis von Zazen, durch die Praxis der Konzentration hindurch.

Am Schluss fügt *Vimalakirti* hinzu: „*In der Weisheit auch den Schatten eines Schmutzes ausschließen.*“ - Die Weisheit ist es, die es uns erlaubt, uns von aller Beschmutzung zu befreien, einschließlich der Beschmutzung, die Weisheit verwirklicht zu haben.

Samstag, 1.9.2001, 16.30 Uhr

Mondo

F: Meine Frage betrifft das Wasser, das man den Toten darbringt. Die Geste, die man macht, ist nicht besonders konzentriert, und die Toten auf der *Gendronnière* haben mit Sicherheit große Konzentration verdient.

RR: Am besten ist, dass du dich konzentrierst. Oft betrachten auf der *Gendronnière* die Leute das, was die anderen machen.

F: Ich spreche von meiner Konzentration.

RR: Du hast recht. Ich muss mich auch erst darauf einstellen, denn das ist etwas Neues. Das ist eine Handlung, auf die wir uns konzentrieren müssen, denn es ist eine Handlung, die uns hilft, nicht zu vergessen, eine Handlung gegen das Vergessen, eine Handlung, die Toten nicht zu vergessen. Deswegen ist es wichtig, dass man sich konzentriert. Und dann auch, das Wasser nicht einfach in den Ausguss gießen, sondern wirklich zu den Toten bringen.

F: In meinem kleinen Leben sind all die Menschen, die mir begegnet und gestorben sind, tief in mir lebendig geblieben. Weil sie in mir lebendig sind, habe ich den Weg gefunden. Wenn ich die Unterweisung empfangen, so bringt das die alten Buddhas in mir zum Leben, und weil sie in mir leben, gehe ich auf dem Weg weiter. Lebendig sein oder tot sein ist dennoch eine Kategorie des Ego, wie schön oder hässlich, gut und schlecht, es ist eine Ego-Kategorie. Als *Bodhisattva* komme ich hierher, um mein Ego aufzugeben, um die Kategorien des Ego aufzugeben. Wenn ich diese Geste mache, welche Bedeutung hat das dann, denn ich nähre doch damit mein Ego, das ich eigentlich hier aufgeben sollte?

RR: Wenn deine Toten in dir weiter leben, ist das doch kein Grund, ihnen nichts zu trinken zu geben.

F: Ja, aber dann reicht es doch, wenn ich trinke.

RR: Das ist meiner Meinung nach ein bisschen Haarspalterei. Es kommt darauf an, dass man teilt. Man teilt das Getränk, indem man ein Teil trinkt und ein Teil darbringt. Was lässt uns diese Geste realisieren? - Das ist wie das Brot für die *Gakis*. - Dass Lebende und Tote nicht getrennt sind, dass die Toten in uns weiterleben, dass wir ihnen dankbar sind, insbesondere wenn es sich um unsere Eltern handelt, die uns das Leben geschenkt und uns ermöglicht haben, ein Leben als Mönch oder Nonne zu führen. So gibt es keinen Grund, sie zu vergessen, und keinen Grund, unsere Erinnerung nicht durch eine Geste zum Ausdruck zu bringen, die deutlich macht, dass sie immer noch leben. Diese Geste unterhält nicht das Ego, das Unterscheidungen trifft, zwischen Leben und Tod. - Natürlich kannst du das so sehen. -

Du kannst es aber auch durch den Zazen-Geist sehen, wo es keine Trennung gibt, keine Trennung zwischen Leben und Tod. Man teilt das Getränk zwischen Lebenden und Toten, weil es keine Trennung gibt.

F: Aber wenn ich getrunken habe, hab ich das doch genauso gemacht.

RR: Okay. - Wichtig ist, was in unserem Geist geschieht. Aber manchmal hilft uns diese Geste. Vielleicht hast du das früher schon so gemacht, aber es gibt andere Menschen, für die die Toten nicht lebendig waren. Für diese Personen ist es gut, die Möglichkeit zu haben, sich durch eine Geste daran zu erinnern und die Dankbarkeit zu manifestieren. Das ist die Bedeutung der Zeremonie und das ist der Grund, warum dieses Ritual seit Jahrhunderten praktiziert wird. Aber wenn du ihnen nichts zu trinken geben willst, dann lässt du es eben bleiben.

F: Traditioneller Weise unterweist man in einem *Dojo* die vier grundlegenden Haltungen, das Liegen, das Stehen, das Sitzen und das Gehen. Kannst du etwas über das aufrechte Stehen und über das Liegen sagen.

RR: Das Stehen praktiziert man jeden Morgen, wenn man in der *Shashu*-Haltung steht, wenn man aufrecht steht, gut auf dem Boden geerdet, den Rücken gerade, das Kinn gut zurückgezogen, ohne sich zu bewegen, die Beine sind gestreckt. In der liegenden Haltung, liegt man normalerweise auf der rechten Seite. Da müsste ich mich jetzt hinlegen, aber das ist nicht sehr praktisch. Das rechte Bein ist ausgestreckt, man liegt auf der rechten Seite und das linke Bein ist im Knie leicht geknickt und ruht auf dem rechten Bein. Der Kopf ist normalerweise zum Zentrum des *Dojos*, zum Altar hin ausgerichtet, man streckt nicht die Füße dem Altar entgegen. Wenn du es praktizieren willst, brauchst du nur zum Winterlager zu kommen, dann kannst du das praktizieren, denn dann werden Leute im Dojo schlafen müssen.

F: Ich habe eine Frage in Bezug auf den Geist des Erwachens und das Anderen-Helfen in Bezug auf ein bestimmtes Thema. Ich praktiziere noch nicht sehr lange, knapp zwei Jahre, und als ich zum ersten Mal in Weiterswiller im Tempel war, habe ich mich sehr gewundert, dass so viele Menschen stark rauchen. - Ich rauche auch manchmal. - Später ist eine Freundin von mir in ein *Dojo* in Deutschland gegangen und hat dort erzählt, dass sie mich kennt und ich bei den Schülern von Meister *Deshimaru* bin. Diese Leute in dem *Dojo*, das ist eine andere Schule, aber auch Zazen, sagten: „Ach ja die Leute von *Deshimaru*, die rauchen und trinken so viel“. Jetzt meine Frage: Ich kenne keinen der stark raucht, der nicht gerne damit aufhören möchte. - Ich möchte mich damit nicht unbeliebt machen, es ist kein ernst zu nehmender Vorschlag. - Aber was hieße in diesem Fall Mitgefühl und den anderen helfen?

RR: Das heißt, auch Raucher und Trinker willkommen zu heißen. Das heißt nicht, ihnen Mut zu machen, weiter zu machen. Aber wenn man die Leute zurückweist, die rauchen oder trinken, gibt man ihnen nicht die Möglichkeit zu praktizieren, sich zu ändern und ihre schlechten Gewohnheiten möglicherweise aufzugeben. Aufzuhören zu trinken oder zu rauchen, kann nicht durch Regeln auferlegt werden. Natürlich können wir ein Schild an der *Gendronnière* aufstellen ‚Rauchen und Trinken verboten‘ und niemand würde rauchen oder trinken, weil es verboten wäre. Aber sobald das Lager vorbei wäre, würden sie in die Kneipe rennen, um Zigaretten zu kaufen oder zu trinken. Das Problem wäre in keiner Weise gelöst. Ich kenne genügend Leute, die seit Jahren aufgehört haben zu rauchen oder zu trinken, gerade deshalb

weil sie hier akzeptiert worden sind und sich in der Zazenpraxis klar geworden sind, wie sie sich vergiften. Sie haben das Bedürfnis aufzuhören hier entwickelt.

Mitgefühl bedeutet also, die Leute mit ihren *Bonnos* zu akzeptieren, aber ihnen keinen Mut zu machen ihre *Bonnos* fortzusetzen. In der Bar sollte man keinen starken Alkohol verkaufen, sondern nur Bier und Wein. Das ist nicht so stark, und man wird nicht so betrunken davon. Das wäre ein Fortschritt. Aber nach und nach. Aber das Verbot, die Prohibition hat niemals irgendetwas gelöst. Man hat in den Vereinigten Staaten gesehen, welche Folgen das hat. Das führt zum Banditentum. (*Gelächter*) Etwas zu verbieten, regt die *Bonnos* an. Das ist keine gute Methode. Es ist besser, den Geist anzuregen, der aufhören möchte. Deshalb muss man es den Leuten möglich machen zu praktizieren.

F: Während des Vortrags über das *Bussho Kapila* hat Michel Bovay über den Buddha *Maitreya* gesprochen, der dann auf die Erde kommen würde, wenn die Menschen etwas reiner sind. Entspricht das der Messiasidee in den Buchreligionen?

RR: Das weiß ich nicht. Was *Maitreya* angeht, so ist er ein *Bodhisattva* wie *Manjushri*. Man glaubt, dass er auf die Erde kommen wird. Michel hat gesagt, dass das geschieht, wenn die Menschen reiner sind. Ich weiß das nicht.

Ich habe gehört, dass irgendwann einmal der Buddhismus vergessen sein wird, dass das *Dharma* verloren gegangen sein wird. Als *Shakyamuni* auf dieser Erde erschienen ist, hatten die Menschen die Spur des Weges verloren. Er ist gekommen, um diesen Weg, der verschwunden war, wiederzubeleben. Und es gibt die Überzeugung, dass es Tausende von Millionen Buddhas in Tausenden von Millionen Welten gibt, die nicht dann auftauchen, wenn die Menschen reiner sind, sondern dann, wenn sie ihrer am stärksten bedürfen, d.h. wenn sie den Weg völlig vergessen haben.

Wie dem auch sei, diese Frage ist nicht besonders wichtig. Wichtig ist, dass wir hier und jetzt *Manjushris* und *Maitreyas* sind und nicht von einem zukünftigen Buddha träumen. Ich glaube, wir haben hier und jetzt genug zu tun, den Weg zu praktizieren und den anderen zu helfen zu praktizieren, um uns nicht in Träumen über zukünftige Buddhas zu verlieren. Aber es macht Mut zu wissen, dass Buddha nicht der Letzte war, dass selbst wenn man in der Zeit der größten Verdunklung geboren wird, auch dann ein neuer Buddha auftauchen kann. Das ist ein guter Glaube, aber es ist nicht so wichtig. Wichtig ist, was man aus seinem Leben hier und jetzt macht.

Was den Messias anbetrifft, darüber weiß ich wirklich nicht Bescheid.

F: Die Idee des Messias ist, dass die Menschen seine Ankunft vorbereiten müssen.

RR: Wenn sie sich wirklich vorbereitet haben, brauchen sie ihn nicht mehr. Ich glaube, dass man jemanden wie Christus oder Buddha in dem Augenblick braucht, in dem es nicht gut geht. Wenn die Menschen rein werden und den Weg verwirklichen, dann werden sie alle Messias und Buddhas. Ich glaube, dass es das Ziel der Buddhas ist, dass alle Wesen das Erwachen verwirklichen können.

Wie dem auch sei, ich habe keine Lust, mich damit allzu sehr auseinanderzusetzen. Man kommt da in kosmologische Überlegungen hinein und schließlich vergisst man, was hier und jetzt geschieht. Ich widme mein Leben, um die Schwierigkeiten und Leiden hier und

jetzt zu lösen und die Praxis hier und jetzt zu verwirklichen. Was den Messias und was *Maitreya* angeht, das wird sich herausstellen.

Aber beide Versionen sind gut: Wenn die Menschen reiner werden, umso besser, dann kommt *Maitreya*. Und wenn die Dinge schlechter werden, sollte man auch nicht verzweifeln, denn es gibt mit Sicherheit einen neuen Buddha. Der Weg geht auf jeden Fall weiter, aber das hängt auch von uns ab, jetzt.

Es gibt viele Eltern, die eines ihrer Kinder *Maitreya* nennen, in der Hoffnung es sei der neue Buddha, der kommt. Sie haben Recht. Man soll hoffen, dass viele Buddhas erscheinen. Meine Hoffnung ist, dass sie alle in diesem *Dojo* auftauchen.

F: Ich habe das Gefühl dass der Zen-Weg auch dazu führt, dass die Menschen oft nicht mehr aussprechen, was sie denken und was sie fühlen. Ist ein ehrliches Gefühl nicht besser als ein Lächeln mit zusammengekniffenen Zähnen?

RR: Ich weiß nicht, wo du das gesehen hast. Ich glaube, du hast eine komische Sichtweise bezüglich der Menschen, die Zazen praktizieren. Vielleicht machst du es so, aber die Leute, die ich kenne, sind nicht so.

Es geht nicht darum, seine Gefühle zu unterdrücken, seine Gedanken, sondern ganz im Gegenteil. Zazen zu praktizieren ist völlig mit sich selbst vertraut werden und da ist das erste, das zu akzeptieren, was da ist, dass man so ist, wie man ist, und keine Maske, keine künstliche Persönlichkeit zu produzieren.

Aber wenn man sich selbst betrachtet, wird man sich oft seiner Täuschung bewusst. Das sind wirkliche Täuschungen, authentische Täuschungen, also ist man völlig authentisch. Aber zur gleichen Zeit sieht man, dass es sich um Täuschungen handelt. Vielleicht produziert das das, was du gesagt hast. Man sollte ihnen nicht zuviel Bedeutung geben, sondern sie vorbei ziehen lassen.

Für Leute, die nicht den Weg praktizieren, ist ihr Denken sehr wichtig. Ihre Gefühle sind sehr wichtig: „Ich möchte ich selbst werden. Ich möchte meine Gefühle leben.“ Aber wenn man sich ansieht, was die Gefühle hervorruft, dann wird man sich klar, dass es sich nur um menschliche Täuschung handelt, in den meisten Fällen zumindest. Es ist also wahr, dass die Zazenpraxis uns helllichtiger werden lässt und uns unseren Gedanken weniger Bedeutung beimessen lässt, ohne sie zu unterdrücken.

F: Ich stelle mir die Frage, ob das Zen Unterschiede macht zwischen dem Mentalen und dem Intellekt. Manchmal habe ich den Eindruck, dass der Intellekt zurückgewiesen wird.

RR: Der Intellekt wird nicht zurückgewiesen, aber seine Grenzen werden festgestellt. Der Intellekt ist nützlich, um Probleme zu lösen, wirtschaftliche und soziale Probleme, um Technik und Wissenschaft zu entwickeln, bis zu einem gewissen Punkt sogar auch, um sich selbst zu verstehen. Aber der Intellekt schließt uns immer in Kategorien ein. Der Intellekt funktioniert aufgrund von Konzepten und Begriffen, die wir produzieren, und oft halten wir diese Konzepte für die Wirklichkeit und hängen an ihnen wie an wirklichen Dingen, während es sich nur um Worte handelt, die sich bemühen, eine Wirklichkeit zu beschreiben, die letztlich unfassbar ist. Der Sinn unserer Praxis ist es, mit dem in Kontakt zu treten, was

unfassbar ist, mit dem, was unser Intellekt nicht fassen kann. D.h. nicht, dass der Intellekt nicht seinen Anwendungsbereich hat, aber eben nicht im Bereich des Zens.

Man kann sich z.B. bemühen, die Unterweisung Buddhas rationell zu verstehen. Er selbst hat sich ja auch bemüht, es rationell auszudrücken. Ich stimme überhaupt nicht Prof. Suzuki zu, der sagt, dass die Unterweisung von Buddha völlig irrational ist. Das stimmt nicht. Während 45 Jahren hat er sich bemüht, alles zu erklären. Die Leidensursachen, wie man sie lösen kann - das hat er so klar wie möglich erklärt. Aber letztlich, in der Tiefe, berühren alle Erklärungen nicht den wirklichen Punkt, sie führen nur zu einem gewissen Verständnis. Letztlich ist es wichtig, die Leerheit all dieser gedanklichen Konstrukte zu erkennen und sich von der Anhaftung an Begriffe und Kategorien zu befreien, deren erste die Vorstellung eines Ichs ist, eines Egos und einer objektiven Welt, die sich dem Ego gegenüber befindet. Dieses Konzept der Dualität muss man auflösen. Der Intellekt stützt diese Dualität, Zazen erlaubt uns, über sie hinaus zu gehen. Wenn man Zazen in eine intellektuelle Kategorie einschließt, ist das als würde man den Schlüssel wegwerfen und man kann die Tür nicht mehr aufmachen. Also muss man den Intellekt an seinem Platz lassen und sich nicht bezüglich seiner Verwendung täuschen.

RR: Letzte Frage.

F: Ich möchte fragen ... (*Pause*)

RR: Was passiert dir im Augenblick? Atme mal gut aus!

F: Das ist Teil der Frage, das habe ich verstanden.

RR: Ich glaube, du bist nicht im Zustand, deine Frage zu stellen.

F: Es geht um die Frage einer Trennung.

RR: Liebst du die Frau noch?

F: Ja.

RR: Hast du den Eindruck, dass sie in ihrem neuen Leben glücklich ist?

F: Nein.

RR: Hat sie den Eindruck, glücklich zu sein?

F: Nein. Wir haben einen Briefwechsel darüber, der recht interessant ist. Sie ist recht melancholisch und nostalgisch.

RR: Was ist deine Frage?

F: Wie kann ich es schaffen, sie wieder zu sehen?

RR: Ich glaube, die beste Methode ist es vielleicht, dass du dir wirklich darüber klar wirst, was du dir für sie wünschst. Wenn man jemanden zu lieben glaubt, dann liebt man häufig nur seinen eigenen Wunsch auf diese Person hin. Diese Art von Liebe ist sehr begrenzt, man

könnte da mehr von Anhaftung sprechen als von wirklicher Liebe. Aber wenn du dir Sorgen um das Glück dieser Person machst, dann kannst du sie wiedersehen, indem du wirklich auf ihr eigenes Bedürfnis achtest und nicht nur auf dein Bedürfnis und du kannst schauen, ob du ihr dabei helfen kannst. Vielleicht bist du nicht die geeignete Person dafür. Dann ist es sinnvoll, die Trennung zu akzeptieren und die Tatsache, dass vielleicht jemand anders ihr besser helfen könnte.

Mir erscheint wichtig, sich klar darüber zu sein, was es heißt zu lieben, wenn man sagt: „Ich liebe jemanden.“ Wenn man wirklich jemanden um ihrer selbst willen liebt, mit der Sorge um ihr Wohlergehen, ihre spirituelle Weiterentwicklung, ihr das Tiefste wünscht, was man ihr wünschen kann, dann kann man wirklich eine Liebe ohne zu viel Anhaftung leben, ohne zu leiden. Denn in dem Augenblick kann man selbst zu diesem Glück beitragen - oder man kann es nicht. Einfach, weil der andere es nicht wünscht, weil man nicht die erforderlichen Qualitäten hat. In dem Augenblick ist es am besten zu akzeptieren, dass andere dieser Person helfen können, dass sie sie stärker lieben können als man selbst. In dem Augenblick kann man eine Beziehung von spiritueller Freundschaft haben, befreit von all den negativen Emotionen wie Eifersucht, Melancholie. Es ist auch wichtig sich bewusst zu werden, dass man begrenzt ist, wir sind alle begrenzt. Manchmal glauben wir: „Ich bin der Mann, der diese Person glücklich machen kann:“ und es fällt uns schwer auf diese Vorstellung zu verzichten. Man muss sich dann sagen: „Glücklicherweise gibt es andere Menschen.“ Das ist das beste Heilmittel gegen Eifersucht.

Sonntag, 2.9.2001, 6.30 Uhr

Vimalakirti fährt mit seiner Unterweisung an die Töchter Gottes bezüglich der Freude fort, die den Garten des *Dharma* als Thema hat. Er sagt: „*Das ist die Freude, alle Maras - alle Dämonen - zu besiegen und die Bonnos zu zerstören, - d.h. die Ursachen allen Leidens zu beseitigen - und so die Felder Buddhas zu reinigen.*“

Die Buddhafelder sind keine Orte außen. Wie Michel in seinem Vortrag gesagt hat, sind die zehn Buddhas nichts anderes als Aspekte unseres eigenen Geistes, wenn er das Erwachen verwirklicht. Wenn unser Geist gereinigt ist, befreit, wird alles um einen herum rein und frei. Alles wird Garten des *Dharma*.

Jede Aussage *Vimalakirtis* bedürfte eigentlich eines sehr langen Kommentars und auch einer sehr langen Zeit, um sie zu praktizieren und zu verwirklichen. Weil das Ende des Sesshins sich nähert, möchte ich seine Unterweisung bezüglich der Freude der Praxis beenden. Ich möchte nur die für uns wichtigsten Punkte hervorheben. So sagt er: „*Es ist die Freude, beim Hören der tiefen Dharmas nicht zu erzittern, und so die Pforten der Erlösung tief zu durchdringen.*“

Wenn die Leute von *Ku*, der Leerheit, sprechen hören, bekommen sie oft Angst. Die Leerheit all unserer gedanklichen Erzeugnisse zu erkennen, ist die Pforte der Erlösung. Man hört gerne, wenn über Konzentration, aber deutlich weniger gerne, wenn von Leerheit gesprochen wird. Konzentration ohne die Leerheit zu beachten, formt das Buddha-Dharma in einen Kampfsport um und kann so die Anhaftungen verstärken, anstatt uns von ihnen zu befreien.

Als Buddha die Meditation unterwies, sagte er, dass ein Mönch sich völlig auf seine Haltung und seine Handlungen konzentrieren muss, dass er aber zur gleichen Zeit

völlig verstehen muss, dass dieser Körper unbeständig ist, dass er aus den vier Elementen des ganzen Universums zusammengesetzt ist und uns nicht gehört. Davor muss man nicht erzittern. Denn es ist der Schlüssel dafür, die Nicht-Geburt und den Nicht-Tod zu verwirklichen. Als er die Konzentration auf die Atmung unterwies, als er Anapanasati unterwies, die Weise zu atmen, sagte er: „Das Wesentliche ist, in der Tiefe zu verstehen, dass es keine Person gibt, die atmet, kein Ego, nur die Atmung - ohne Ego.“

Was die Konzentration auf den Geist angeht, die unterschiedlichen Manifestationen unsere Geistes zu betrachten, müssen wir tief realisieren, dass dieser Geist nicht fassbar ist und nicht erklärt werden kann. So verwirklicht sich der wahre Geist.

Vimalakirti fügt hinzu: „Freude ist die Freude das Nirvana als Gegenstand zu nehmen, ohne es zum falschen Zeitpunkt zu erhalten.“ Das Nirvana zu verwirklichen, das Auslösen aller Täuschungen, aller Leidensursachen, der Transmigration zwischen Leben und Tod, ist der Sinn des *Dharmas* von Buddhas, der Sinn unserer Praxis. Aber wenn man es zu eilig hat, dies zu verwirklichen, dann führt dies dazu, dass unsere Praxis eng und egoistisch wird. Man möchte sich schnell alleine retten und findet, dass die anderen dabei stören. So verstärkt man das, was die Verwirklichung des *Nirvanas* verhindert. Das wirkliche *Nirvana* verwirklicht sich, wenn man das *Nirvana* als Ziel aufgibt, d.h. es nicht zum falschen Zeitpunkt erhalten zu wollen.

„Die Freude des Dharma ist ebenfalls die Freude, die Qualitäten derjenigen zu sehen, die uns nahe stehen.“ Oft betrachtet man die Fehler der anderen. Das macht uns traurig. Man versäumt es, die Qualitäten anderer zu sehen. Die Qualitäten anderer sind Quellen der Freude. Und *Vimalakirti* fügt hinzu: „Man muss ihnen immer dienen.“ Das ist es, was das Leben in der *Sangha*, das Leben in der Gemeinschaft ermöglicht. Er fährt fort: „Das ist auch, nicht die Fehler Fremder zu sehen und sie weder zu hassen noch Abneigung zu hegen. Es ist, den spirituellen Freunden zu dienen und den schlechten Freunden zu helfen, sich zu entwickeln. Schließlich, bedeutet es, all sein Vertrauen dem Dharma entgegen zu bringen und alle Mittel zu entwickeln, den anderen zu helfen, zu erwachen.“ Er schließt: „So legt der Bodhisattva sein Vertrauen und seine Freude in den Garten des Dharmas.“

Heute werden viele neue *Bodhisattvas* ordiniert werden. Für sie und für alle anderen, für jede und für jeden von uns ist das ein Anlass, dass wir unsere Freude und unser Vertrauen in diesen Garten des *Dharma* legen können. Insbesondere, dass die *Gendronnière* dieser Garten des *Dharma* ist, wie Meister *Deshimaru* dies gewünscht hat.

Sonntag, 2.9.2001, 10.30 Uhr

Bestimmt werden sich einige von euch fragen, was *Vimalakirti* mit all den Frauen anfangen wird. Ich werde jetzt diesen Suspense-Effekt aufheben und euch das Ende der Geschichte erzählen: *Mara* hatte sich nicht geweigert, sie zurückzunehmen. Er sagte zu seinen Töchtern: „Kommt mit mir, ich möchte zurück in unseren himmlischen Bereich gehen.“ Aber die Göttertöchter wollten dies nicht und sagten: „Geh! Du hast uns diesem *Bodhisattva* gegeben, wie könnten wir mit dir zurückkehren? Wir haben unser Vertrauen und unsere Freude in den Garten des

Dharma gelegt und nicht mehr in die Objekte der Wünsche. Geh allein zurück!“ Aber weil Mara, der Dämon, hartnäckig ist, bestand er darauf und sagte zu Vimalakirti: „Wenn ein Bodhisattva tatsächlich kein Bedauern hegt, das zu geben, was er besitzt, dann gib mir doch diese Töchter zurück.“ Vimalakirti sagte zu ihm: „Ich gebe sie dir. Gehe mit deinem Gefolge, aber handle so, dass du die religiösen Erwartungen aller Wesen erfüllst.“

Es ist wunderbar zu sehen, dass ein Bodhisattva wie Vimalakirti nicht einmal davor zurückschreckt, einen Dämonen zu bekehren, um aus ihm einen Verbündeten Buddhas zu machen. Sogar ein Dämon kann dabei helfen, religiöse Hoffnungen zu erfüllen. Ein Bodhisattva erzieht ihn. Die Göttertöchter, grüßten also Vimalakirti und fragten ihn: „Wie sollen wir uns verhalten, wenn wir in die Bleibe Maras zurückgekehrt sind?“ D.h. wenn wir in die Welt der Wünsche zurückgekehrt sind, deren Meister er ist.

Vimalakirti gibt ihnen eine letzte Unterweisung. Er sagt: „Meine Schwestern, es gibt eine letzte Unterweisung, die der nicht-erlöschenden Leuchte. Die Unterweisung besagt, dass man selbst an einer einzigen Leuchte Hunderttausende anderer Leuchten entzünden kann, ohne dass sie abnimmt, ohne dass sie erlischt. So kann auch ein Bodhisattva Bodaishin an Hunderttausende weitergeben, ohne dass sein eigener Geist des Erwachens abnimmt. Auf lange Sicht gesehen, nimmt er sogar zu. Er ist die Quelle unendlichen Gebens.“

Diese letzte Unterweisung Vimalakirtis ist ganz und gar angemessen für das Ende eines Sesshins, für einen Zeitpunkt, wo jede/jeder in das Alltagsleben zurückkehrt, in die Welt der Wünsche. Das ist der Ort, wo wir unsere Praxis fortsetzen können. Vimalakirti sagt: „Indem er alle Mittel einsetzt, den lebenden Wesen zu helfen, unterweist der Bodhisattva sie in allen Dharmas und zugleich schreitet er selbst voran.“

Obwohl man also im Palast Maras, in der Welt der Wünsche lebt, kann man fortfahren, allen Wesen zu helfen, den Geist des Erwachens zu erzeugen. „So erkennt ihr wirklich,“ sagt Vimalakirti, die Wohltaten des Buddha Tatagatha an und tut allen Wesen Gutes.“

Das ist das Ende der Geschichte, das Ende des Sesshins. Es ist eine Geschichte, die erst anfängt, also: Gute Fortsetzung!