

# **Roland Rech**

## **Kommentare**

zum

## **Denkoroku**

von

## **Meister Keizan**

Die Weitergabe von Toshi Gisei an Fuyo Dokai

Die hier abgedruckten Kusen wurden von Roland Rech in der Zeit vom 7. - 9. Februar 2003 während des Sesshins in Schlagstein auf französisch gehalten und direkt ins Deutsche übersetzt.

Freitag, 7.2.2003, 7 Uhr

Denkt daran, am Anfang des Zazen von der Taille aus sieben, acht Mal von links nach rechts und von rechts nach links zu pendeln, die Daumen sind in die Fäuste gelegt. Wenn ihr die Haltung eingenommen habt, konzentriert euch ganz auf euren Körper und versucht, einen ausgeglichenen Spannungszustand zu erreichen. Das Becken muß gut nach vorne geneigt sein, sodass der Anus das Zafu nicht berührt. Dann drückt fest mit den Knien auf den Boden, entspannt den Bauch und lasst das Körpergewicht auf das Zafu drücken. Streckt von der Taille aus gut die Wirbelsäule und lasst die Spannungen im Rücken los. Das Kinn ist zurückgezogen. Man streckt den Nacken, als wolle man mit dem Scheitelpunkt des Kopfes in den Himmel stoßen. Gleichzeitig entspannt man völlig die Schultern.

Das Gesicht ist entspannt, besonders die Stirn und der Unterkiefer. Der Blick ist direkt vor einem auf den Boden gerichtet. Manche möchten die Augen schließen, um sich besser zu konzentrieren, aber die Augen sollten offen bleiben. Wenn ihr die Augen schließt, dann nur für ein paar Minuten. Im Zen versucht man nicht, sich von der Außenwelt abzuschneiden. Man klammert sich aber nicht an sie. Man schaut, ohne etwas Besonderes zu betrachten. So wird der Blick weit. Das beeinflusst Geisteszustand und Bewusstsein.

Im Zen versucht man nicht, Leerheit im Geist herzustellen. Man versucht nicht, nicht zu denken. Aber man folgt auch nicht seinen Gedanken und nährt sie nicht. Es reicht, sie aufsteigen zu sehen wie Blasen, die die Wasseroberfläche erreichen, und sie vorbeiziehen zu lassen. Man unterbricht den Bewusstseinsstrom nicht, aber man lässt sich von ihm auch nicht unterhalten. Deshalb achtet man auf seine Atmung. Man folgt ihr, ohne sie zu beurteilen. Man denkt nicht: „Jetzt ist meine Atmung lang oder kurz.“ Wenn man einatmet, ist man völlig eins mit der Einatmung. Wenn man ausatmet, ist man völlig eins mit der Ausatmung. Es gibt nur einen KörperGeist, der einatmet und ausatmet. Man atmet mit dem ganzen Körper, mit den Lungenspitzen ebenso wie mit dem Bauch und dem Rücken. Wenn man ausatmet, geht man bis zum Ende der Ausatmung, ohne etwas zurückzuhalten.

Ängstliche Menschen trauen sich nicht, ihre Lungen vollständig zu leeren. Aber wenn ihr euch auf die lange Ausatmung bis zum Ende konzentriert, wird euer Geist auf natürliche Weise friedlich und alle Angst verschwindet. Jede Einatmung wird vollständig frisch und tief. Das beeinflusst das Bewusstsein. Am Ende der Ausatmung kann man alle Gedanken völlig loslassen und zum Nullpunkt zurückkehren, zum Nicht-Denken. Mit der nächsten Einatmung kann man einen neu aufgetauchten Gedanken für einen Moment betrachten und ihn dann vorbeiziehen lassen.

Man beobachtet nicht nur, was man denkt. Man sieht auch, was ein Gedanke ist. Wenn einem klar wird, dass es sich um ein Phänomen ohne Substanz handelt, kann man jeden Gedanken wie eine Wolke am Himmel vorbeiziehen lassen – mühelos, ohne Kampf. Der Geist wird völlig frei und verweilt auf nichts. Dies ist der wahre Geist des Sesshins. Man wird mit ihm ganz vertraut. Er ist weit und umfasst alles, wie die Hände in Zazen, die ein großes Oval bilden, die nichts ergreifen und das ganze Universum enthalten.

Das ist die Bedeutung des Mudras der Hände Hokai join. Die Daumen sind waagrecht, ohne Berg oder Tal zu bilden. Sie beeinflussen den Geisteszustand. Wenn man auf den Kontakt der Daumen konzentriert ist, kommt weder der Zustand von Sanran auf, der geistigen Aufgeregtheit, noch der Zustand von Kontin, der Erstarrung.

Durch die Konzentration auf die Haltung und die Atmung werden Körper und Geist zur vollkommenen Einheit, sind wirklich eins. Nicht nur eins miteinander, sondern auch mit dem ganzen Universum, ohne Trennung. In diesem ungetrennten Geist zu leben, ist der Sinn des Sesshins. Eins mit sich selbst und eins mit den anderen - ohne Trennung.

Freitag, 7.2.2003, 11 Uhr

In diesem Sesshins werde ich mit dem Denkoroku von Meister Keizan fortfahren. Das Denkoroku ist die Geschichte der Weitergabe des Erwachens von Buddha bis zu Meister Ejô, dem Nachfolger Dogens. Das sind insgesamt 53 Buddhas und Patriarchen. Ich bin beim 45. Patriarch angekommen, der auf japanisch Fuyo Dokai hieß. Er war ein chinesischer Meister, der der Nachfolger von Toshi Gisei war.

Als er mit seinem Meister praktizierte, fragte er diesen eines Tages: "Die Worte der Buddhas und Patriarchen sind so gewöhnlich wie der Tee und der Reis des Alltags. Gibt es noch etwas anderes, um den Menschen zu helfen?"

Gibt es also etwas, das über die Unterweisung durch die Sprache und die Praxis des Gyoji - Zazen praktizieren, Guen Mai essen, den Tee zusammen trinken - hinausgeht? Gibt es darüber hinaus etwas, das den Leuten hilft, zu erwachen und sich zu befreien?

Toshi Gisei antwortete ihm: "Sag mir, hängt die Macht des Kaisers in seinem Reich von der Macht der früheren Herrscher ab?" Fuyo Dokai wollte antworten, aber Toshi Gisei hielt ihm den Mund mit seinem Hossu, seinem Fliegenwedel, zu und sagte zu ihm: "In dem Moment, wo du angefangen hast zu denken, hast du dir bereits dreißig Kyosaku-Schläge verdient." In diesem Augenblick erwachte Fuyo Dokai vollständig.

Die Worte der Buddhas und Patriarchen, die Unterweisung des Zen sind wie Tee und Reis etwas ganz Konkretes. Man geht von der Erfahrung des Lebens in jedem Augenblick aus: wie man geht, wie man sitzt, wie man atmet, wie man isst, wie man Samu macht, wie man sich ausruht. Das Leben während eines Sesshins bedeutet, sich völlig auf alle Aspekte des täglichen Lebens zu konzentrieren, das heißt ganz hier und jetzt zu sein, jeden Augenblick, Körper und Geist in Einheit. Das hat Meister Dogen 'den Geschmack unserer Familie des Soto-Zen' genannt, der sich in den Gesten der einfachen Handlungen wie des Teetrinkens und des Reissessens ausdrückt. Aber der Mensch neigt immer dazu zu glauben, dass es noch etwas anderes gibt, das dahinter versteckt ist, das darüber hinausgeht. Also fangen die Leute an zu spekulieren. Doch das führt nur dazu, neue Anhaftungen zu schaffen, zum Beispiel intellektuelle Anhaftungen an Konzepte, die man am Ende für die Wirklichkeit hält, und man verliert sich in den Gedanken, statt in jedem Augenblick im wirklichen Leben gegenwärtig zu sein.

Zen zu praktizieren, insbesondere auf einem Sesshins bedeutet, wieder mit den einfachen Gesten des täglichen Lebens in Berührung zu kommen und zu erfahren, dass die Praxis des Weges nur darin besteht, einfach auf die sitzende Haltung konzentriert zu sein, wenn man sitzt, auf Sampai, wenn man sich niederwirft, auf Gassho, wenn man Gassho macht, auf das Gehen beim Kinhin, auf die Guen Mai, wenn man Guen Mai isst und so weiter. Sich auf diese alltäglichen Handlungen zu konzentrieren bedeutet, vollkommen eins mit ihnen zu werden, das heißt sich völlig in der Handlung selbst zu vergessen und das Ego in der Praxis aufzugeben.

Das Ego ist der dualistische Geist, der ständig etwas anderes hinter der Wirklichkeit sucht, der nie zufrieden ist. Der dualistische Geist ist Gefangener der Sprache. Er schafft eine Leinwand, die ihn von der Wirklichkeit trennt. Wenn man den ganzen Tag lang in seinen Gedanken verloren ist, kann das Leben nicht wirklich zufriedenstellend sein. Man hat immer den Eindruck, etwas fehlt und ist weit weg versteckt, und man kann es nur bekommen, wenn man sich mächtig anstrengt, asketisch lebt, philosophiert oder viel betet. Man erfindet alles Mögliche, um die Tatsache zu kompensieren, dass man den Kontakt zum Leben verloren hat. Natürlich kann man so keinen Erfolg haben.

Toshi Gisei antwortete: "Hängt die Macht des Kaisers in seinem Reich von derjenigen der alten Kaiser ab?" und rezitierte die Namen der Herrscher des chinesischen Altertums.

Das ist so, als würden wir uns fragen, ob die Macht über unser Leben in jedem Augenblick von Shakyamuni Buddha abhängt. Die Zazenpraxis ist unabhängig von den Worten der früheren Meister. Es geht vielmehr darum, das Hier und Jetzt zu verwirklichen, die gleiche Erfahrung wie sie

zu machen. Diese Erfahrung ist jenseits aller Erklärungen und jeder Sprache. Wir müssen nur aufhören, an unseren geistigen Erzeugnissen zu haften. Natürlich sind diese Fabrikationen nützlich beispielsweise für die Arbeit, für bestimmte Handlungen, aber für die Verwirklichung der Essenz unseres Lebens sind sie eher ein Hindernis.

Wenn man das Zen mit seinem gewöhnlichen Verstand und seinen Vorstellungen verstehen will, wenn man vor allem sich selbst auf diese Weise begreifen will, landet man schnell in einer Sackgasse, weil man so die unbegrenzte Dimension der Existenz auf etwas sehr Begrenztes reduziert. Deshalb hat Toshi Gisei, als Fuyo Dokai zu sprechen beginnen wollte, ihm den Mund mit dem Fliegenwedel verschlossen. Durch diese Tat seines Meisters erwachte Fuyo Dokai vollständig, unbeeinflusst von Gedanken.

Natürlich habe ich diese Geschichte mit zahlreichen Worten erklärt und Keizan selbst hat einen langen Kommentar dazu verfasst. Die ganz Zen-Geschichte ist so: Viele Worte werden benutzt, um in die Richtung zu weisen, die über alle Worte hinausgeht. Verliert also nicht diese Richtung aus den Augen!

Freitag, 7.2.2003, 16.30 Uhr

Ich werde mit der Geschichte von Fuyo Dokai fortfahren.

Keizan sagt von ihm, dass er von Jugend an Frieden und Stille schätzte. So hat er sich in die Berge zurückgezogen. Später reiste er, trat in ein Kloster ein, studierte das Lotus-Sutra und wurde Mönch. Eines Tages besuchte er Toshi Gisei und sie hatten das Mondo, von dem ich heute morgen sprach. Er fragte: „Die Worte der Buddhas und Patriarchen sind wie Tee und Reis. Gibt es abgesehen davon etwas anderes, um den Menschen zu helfen?“ Schließlich verwirklichte er dadurch, dass Toshi Gisei ihn mit seinem Fliegenwedel davon abhielt zu sprechen, das Erwachen. Er machte Sampai, stand auf und ging davon. Toshi Gisei rief ihm nach: "Komm für eine Minute zurück“, weil er sein Erwachen überprüfen wollte. Aber Fuyo Dokai drehte sich nicht einmal um. Da fragte Toshi Gisei: „Bist du im Bereich des Nicht-Zweifels angelangt?“ Fuyo Dokai hielt sich die Ohren mit den Händen zu.

Bis zu diesem Zeitpunkt hatte Fuyo Dokai immer einen Zweifel gehabt. Immer dachte er, es gäbe etwas jenseits von Praxis und Unterweisung, was er unbedingt haben müsste. Doch das Handeln Meister Toshi Giseis hat Fuyo Dokai den Geist, der immer etwas erfassen will, aufgeben lassen. In diesem Moment waren alle seine Zweifel verschwunden.

Wir haben oft den Eindruck, dass uns etwas entgeht. Manchmal nennen wir es Gott oder Buddha und machen es zu einem Gegenstand, der weit von der Praxis entfernt ist. Dieser Dualismus nährt ständig den Zweifel.

In Zazen kann man realisieren, dass alles gegenwärtig ist. Man muss nicht nach etwas jenseits von Zazen suchen. So erscheint der wahre Glaube, die vollkommene Einheit mit der Praxis des Augenblicks. Auf diese Weise kann man wahrhaft vertraut werden mit Zazen, ohne Trennung. In diesem Zustand ist nichts zuviel und nichts zuwenig. Das ist der Augenblick, in dem man die Wirklichkeit vollkommen akzeptieren kann, so wie sie ist. Auf diese Weise wird die Praxis zur vollständigen Befreiung, und man kann in Frieden weiter praktizieren. Das verwirklicht sich unbewusst und natürlich. Aber wenn man sich an diesen Zustand klammert, wird er etwas Besonderes, und die Verwirklichung entwischt. Wenn man sich beispielsweise sagt: "Jetzt habe ich keine Zweifel mehr.“, wird man hochmütig und stolz und ist weit entfernt von wirklicher Befreiung.

Deshalb hielt sich Fuyo Dokai, als Toshi Gisei ihn fragte, ob er den Zustand erreicht habe, wo es keinen Zweifel mehr gibt, die Ohren zu und ging davon. Er hatte wahrhaft realisiert, dass der Nicht-Zweifel etwas ist, an das man sich nicht klammern soll, ebenso wenig wie an die Bestätigung seines Meisters. Fuyo Dokai hat die wahre Demut tief realisiert. Wir sollten seine Geschichte studieren und uns von seinem Beispiel inspirieren lassen, denn der wahre Geist des Weges klammert sich

weder Illusion noch an Satori.

Mondo

F: Wenn ich es richtig sehe, gibt es in der Sangha drei Gruppen von Leuten: die Laien, die Bodhisattva-Ordinierten und die Mönch- beziehungsweise Nonnen-Ordinierten. Der funktionale Ablauf eines Sesshins scheint mir sehr auf die Mönche und Nonnen ausgerichtet zu sein. Du hast viel über Vimalakirti als Laien gesprochen. Gibt es bestimmte Funktionen, die die Laien oder die Bodhisattva-Ordinierten auf Sesshins haben? Denn selbst wenn Laien oder Bodhisattvas eine Aufgabe im Dojo haben, wie zum Beispiel als Pfeiler zu sitzen, zieht man sie wie Mönche oder Nonnen an. Das macht den Eindruck auf mich, als hätten nur Mönche oder Nonnen die erforderlichen Qualitäten, um Pfeiler zu sein und andere Funktionen auszuüben.

RR: Wenn man die Leute, die Pfeiler sind, bittet, ein Kesa zu tragen, tut man es nicht, damit sie Mönchen oder Nonnen gleichen. Es geht darum, ihnen die Möglichkeit zu geben, ein Kesa zu tragen. Man macht es vor allem deshalb, weil es die Umgebung beeinflusst, wenn jemand ein Kesa trägt. Es ist das Kesa selbst, das eine erhabene Position einnimmt, nicht der Mönch oder die Nonne. Der Beweis dafür ist, dass es auch Laien und Bodhisattvas erlaubt ist, das Kesa zu tragen. Das Kesa geht über den Status von Laie, Bodhisattva oder Mönch hinaus. Das Kesa ist das Symbol für den Buddha-Zustand. Und Buddha ist jenseits von Mönch, Nonne, Bodhisattva oder Laie.

Im Buddha-Zustand gibt es keine Unterschiede mehr. Das gilt es zu realisieren. Jeder kann das. Dazu muß man nicht Mönch oder Nonne sein. Aus diesem Grund nimmt Vimalakirti einen so wichtigen Platz im Buddhismus des Großen Fahrzeugs ein. Denn obwohl er ein Familienleben in seinem Haus führte, hat er die große Weisheit Buddhas realisiert. Er wurde als Buddha gleichwertig betrachtet. Wegen seiner großen Weisheit, die über Hierarchien, Positionen und Kategorien hinausgeht, konnte er die Mönche unterweisen.

Das kann man übrigens in der Geschichte des Zen in der Geschichte von Eno wiederfinden, der noch Laie war, nicht einmal Bodhisattva, als er der 6. Patriarch wurde. Erst danach hat er die Ordination von einem Abt empfangen, der seine Weisheit erkannte. Nach seiner Ordination bat der Abt, sein Schüler werden zu dürfen. Das beweist, dass Enos Weisheit des Erwachens über alle Kategorien hinausgeht.

F: Ich habe zwei Fragen, die zusammenhängen: Du hast im Kusen gesagt: „Wenn man die Einheit von Körper und Geist realisiert hat, erscheint der Glaube.“ Warum erscheint dann nicht das Wissen? Soweit ich es verstanden habe, geht es doch in Zazen um die Erfahrung des Wissens. Und Glauben heißt nicht Wissen.

RR: Das ist das Gleiche. Das Problem ist, dass es im Deutschen kein Wort dafür gibt. Im Französischen gibt es croyance und foie, im Deutschen nur Glaube. In der Zen-Praxis ist der Glaube die Erfahrung der Nicht-Zweiheit. In dieser Erfahrung gibt es das Wissen. Das ist kein blinder Glaube. Es geht nicht darum „ich glaube ...“ oder „ich habe gehört ...“ oder „der Godo hat von Buddha gesprochen, von der Nicht-Zweiheit, das ist eine schöne Sache,“ nicht darum „ich glaube, ohne irgendetwas zu verstehen, ohne die Erfahrung gemacht zu haben“. Der Glaube ist die Erfahrung, dass alle Zweifel zerstreut sind. Es gibt keinen Gegenstand im Glauben. Er ist die Auflösung der Dualität. Das ist die große Erfahrung von Zazen.

F: Darauf bezieht sich die zweite Frage: Mein Eindruck ist, dass das Kesa auch eine Glaubensfrage ist, eine religiöse Frage. Ich hatte kürzlich diese Assoziation: Bei den Katholiken gibt es das Abendmahl, wo geglaubt wird, dass der Wein wirklich das Blut Jesu und die Hostie wirklich der Körper Jesu ist. So wird auch gesagt: das Kesa ist Buddha. Das ist für mich sehr schwer.

RR: Aber es gibt einen Unterschied: Das Kesa wird wirklich auf dem Körper getragen, der Zazen praktiziert. Dieser Körper, der Zazen macht, ist Buddha. Das ist kein mysteriöser Buddha. Es ist das

Zazen selbst, das in einem vollkommenen Glauben praktiziert wird. Aber nicht im blinden Glauben, sondern in dem Vertrauen, das die Vermutung loslässt, dass es einen Buddha jenseits von Zazen gibt. Das bedeutet, vollkommen eins mit Zazen zu sein. Zazen wird Buddha. Buddha ist der Zustand der Nicht-Dualität. Genau das verwirklicht sich in der Erfahrung von Zazen. Das ist nichts Geheimnisvolles, an das man glaubt.

F: Aber wozu dient das Kesa? Ist es ein Symbol oder ist es mehr?

RR: Sicher ist es ein Symbol, denn es hat eine besondere Form. Es beschreibt die Transformation, die Verwandlung. Aber es ist ein Symbol, das wir konkret durch die Praxis lebendig halten. Das Kesa selbst ist auch eine Praxis, nicht nur ein Symbol, denn wir nähern es selbst, wir tragen es, wir behüten es. Ein Kesa zu tragen ist Praxis. Mit dem Kesa Zazen zu praktizieren, kann man ganz konkret spüren. Man kann sich natürlich sagen, dass man mit dem Kesa bekleidet ein tieferes Zazen erfahren kann. Vielleicht ist das so, weil man daran glaubt: "Ah, das Kesa ist Buddha und nun bin ich Buddha". Ist das der Glaube?

Ich denke, jeder sollte versuchen, sich das selbst zu fragen. Jeder kann eine andere Erfahrung machen. - Als ich das erste Mal Zazen mit dem Kesa gemacht habe, habe ich überhaupt nicht darüber nachgedacht, dass das Kesa das Symbol Buddhas ist oder dass es etwas mit dem Glauben zu tun hat. Ich habe es einfach getragen. Aber es ist klar, dass dieses Zazen sich von den anderen unterscheidet. Warum? - Das ist nicht fassbar. Wenn man das zu sehr analysiert, wird es zu etwas, von dem man denkt, dass es jenseits davon noch etwas zu ergreifen gibt.

F: Dein Kusen eben hat mich sehr bewegt und mir kamen zwei Fragen, die du vielleicht schon hundertmal beantwortet hast: Wer oder was brachte dich zu Zazen? Wodurch wurdest du erweckt?

RR: Es ist schwierig, darauf zu antworten, weil das, was mich zu Zazen gebracht hat, nicht zu fassen ist. Letztlich hat mich das ganze Dasein bis zu diesem Moment zu Zazen gebracht, also nicht etwas Besonderes. - Aber ich war mir einer gewissen Hoffnungslosigkeit in Hinsicht auf das Leben bewusst. Also dachte ich, dass eine spirituelle Revolution nötig sei, um einen anderen Blickwinkel zu entdecken als den der materialistischen Gesellschaft, in der ich lebte. Ich reiste umher wie ein Pilger, Tag für Tag. Ich hatte immer den Eindruck, dass da etwas war, das versteckt war, eine versteckte Wahrheit, die sich irgendwo offenbaren würde, und dass ich sie irgendwo entdecken würde. Diese Hoffnung wurde immer stärker. Aber am Ende hat sie sich wieder in Hoffnungslosigkeit verwandelt, weil es nichts Verstecktes gab. In diesem Moment befand ich mich in einem sehr großen geistigen Leid.

Als ich dann die Möglichkeit hatte, das erste Mal Zazen zu praktizieren, hatte ich vorher keinerlei Vorstellung davon. Ich hatte niemals das Wort Zazen gehört. Ich hatte auch keinen Glauben hinsichtlich Buddha oder Kesa. Das alles sagte mir nichts. Als ich mich dann in Zazen setzte, erschütterte mich das zutiefst. Diese Erfahrung wurde von einem Gefühl der Freude und Erleichterung begleitet. Ich hatte den Eindruck, dass es plötzlich keinen Zweifel mehr gab, dass es vollkommen ausreichte, sich einfach nur hinzusetzen und einfach da zu sein. Das ist genug, mehr braucht man nicht. Wozu woanders suchen?

Ich möchte das nicht Erwachen nennen. Für mich war das eine große Erschütterung. Plötzlich hatte ich das völlige Vertrauen, dass ich mein ganzes Leben ausgehend von Zazen lebe, dass das die Achse meines Lebens ist. Nicht, weil Dogen gesagt hat "Zazen ist Satori" oder weil Meister Deshimaru sagte "Ihr müsst Zazen ewig weiter praktizieren." Das kannte ich alles noch nicht. Es war nur das Zazen selbst. Aber als ich diese Unterweisungen dann später hörte, war das für mich wie ein Echo: Genau, ich verstehe! – Es entsprach genau dem, was ich empfunden hatte.

Aus diesem Grunde mag ich Dogen so sehr, auch wenn ich achtzig Prozent von dem, was er sagt, nicht verstehe, weil es sehr kompliziert ist. Aber im wesentlichen Punkt, dem Shikantaza, stimme ich mit ihm überein. Das ist alles, was ich dazu sagen kann.

Später, als ich mit der Praxis fortfuhr und die Unterweisung von Meister Deshimaru erhielt, tauchte die Sinnfrage wieder auf, allerdings unter anderen Bedingungen: Ich hatte die grundsätzliche Erfahrung gemacht, dass keine Notwendigkeit besteht, den Sinn des Lebens zu suchen. Diese Frage war für mich vollkommen verschwunden.

Zum Beispiel benötigt die Blume auf dem Altar keinen Sinn, um zu sein. Eine Blume wächst auf dem Feld. Sie ist auf natürliche Weise schön. Aber wir Menschen sind sehr kompliziert aufgrund der Dualität unserer Sprache: „Ich kann nicht leben, wenn das, was ich mache, nicht für etwas gut ist.“ „Es hat es keinen Sinn und ich weiß nicht mehr, was ich tun soll.“ - Das ist die menschliche Verrücktheit.

Ich denke, es wichtig ist, diesen Zweifel grundsätzlich zu lösen, indem man den sinnsuchenden Geist aufgibt. Davon ausgehend kann man frei auf eine Art und Weise leben, die einen Sinn hat, weil sie sich in Harmonie mit der Wirklichkeit befindet, nicht mit unseren geistigen Vorstellungen.

Freitag, 7.2.2003, 20.30 Uhr

Später wurde Fuyo Dokai Tenzo des Klosters. Toshi Gisei sagte zu ihm: „Es ist nicht leicht, sich um die Küche zu kümmern.“ Fuyo Dokai antwortete: „Nein, wirklich nicht!“ Dann fragte Toshi Gisei: „Kochst du die Suppe und den Reis?“ Fuyo Dokai erwiderte: „Die Assistenten verlesen den Reis und zünden das Feuer an. Die Arbeiter kochen die Suppe und den Reis.“ Daraufhin fragte ihn Toshi Gisei: „Und du, was machst du?“ Fuyo Dokai antwortete: „Meister, in eurem großen Mitgefühl habt ihr ihn befreit.“

Fuyo Dokai wurde berühmt für seine Suppe. Wenn zu viele Schüler im Kloster waren, wurde Wasser hineingegossen. Die Menge blieb immer gleich. Er gehörte nicht zu der Sorte Leute, die andere an ihrer Stelle arbeiten ließen. - Was bedeutet es, dass es die Assistenten waren, die den Reis verlesen und Feuer machten, und die Arbeiter, die die Suppe und den Reis kochten? - Fuyo Dokai machte die Küche ohne Ego. Die Assistenten und Arbeiter waren zweifellos seine Arme. Vielleicht hat er auch Assistenten gehabt, aber er sagte nicht „Ich koche.“

Hier und jetzt in Zazen praktiziert jeder einzelne. Aber wenn ihr denkt, dass ihr es seid, der Zazen macht, begrenzt dieser Gedanke eure Praxis. In Wirklichkeit gibt es einen KörperGeist, der in Zazen sitzt, der aber völlig von jedem persönlichen Bewusstsein entblößt ist. Zazen wird praktiziert, aber auf dem Zafu gibt es niemanden, der praktiziert. So kann das wahre Zazen erscheinen: shin jin datsu raku - Körper und Geist abgeworfen. Das gleiche gilt für den Tenzo und die Küche. Wenn die Küche ohne Ego gemacht wird, erscheint der wahre Tenzo.

Ein anderes Mal, nachdem Fuyo Dokai Toshi Giseis Sekretär geworden war, gingen sie zusammen im Gemüsegarten spazieren. Toshi Gisei reichte Fuyo Dokai seinen Stock. Dieser nahm ihn und folgte ihm. Toshi Gisei sagte: „So soll es sein.“ Fuyo Dokai fügte hinzu: „Ich betrachte es nicht als unnormal, eure Schuhe und euren Stock zu tragen.“ Toshi Gisei sagte: „Es gibt einen anderen, der mit uns geht.“ Fuyo Dokai sagte: „Dieser Mensch empfängt keine Anweisungen.“

Es ist derselbe Mensch, der hier und jetzt Zazen praktiziert, ohne etwas Besonderes zu tun, derselbe Mensch, der die Küche macht, ohne sich zu sagen: „Das bin ich, der die Küche macht.“ Die Assistenten kochen den Reis und die Suppe, er ist völlig frei. Dieser Mensch, der mit Fuyo Dokai und Toshi Gisei durch den Garten geht, und der keine Anweisungen empfängt, ist ein völlig freier Mensch. Er geht nicht nur mit ihnen, er geht in ihnen. Er macht Zazen in uns.

Toshi Gisei zog sich zurück. Am Abend sagte er zu Fuyo Dokai: „Wir haben unser Gespräch noch nicht beendet.“ Fuyo Dokai erwiderte: „Bitte, Meister, sagt etwas!“ Toshi Gisei verkündete: „Die Sonne geht am Morgen auf. Der Mond geht am Abend auf.“

Das war kein metaphysisches Gespräch zwischen ihnen. Sie sind einfach ganz natürlich in Kontakt mit der Wirklichkeit, so wie sie ist.

Fuyo Dokai zündete eine Lampe an. Toshi Gisei sagte: „Deine Handlungen sind nicht unnütz.“



Fuyo Dokai antwortete: „Wenn ich bei euch bin, soll es so sein.“

Er hat in jedem Augenblick genau das getan, was zu tun war.

Toshi Gisei fragte ihn: „In welchem Haus gibt es keine Diener?“

Statt ihm auf symbolische Weise zu antworten, sagte er ganz einfach: „Ihr seid alt geworden, Meister. Es wird nicht gut gehen ohne Diener.“

Toshi Gisei erwiderte: „Du bist wirklich sehr gut.“

Fuyo Dokai sagte: „Es ist meine Aufgabe, eure Güte zu erwidern.“

Samstag, 8.2.2003, 7 Uhr

Gestern haben wir gesehen, wie Fuyo Dokai die große Frage seines Lebens gelöst hat. Das Studium des Gyoji der alten Meister sollte uns ein Beispiel sein, es sollte unsere Praxis anregen. Zum Beispiel haben einige von euch Leiden und Zweifel, manchmal seid ihr traurig. Was macht ihr, um das zu klären?

Wenn wir uns in der Praxis des Weges engagieren, ist alles, was geschieht, eine Gelegenheit zu erwachen. Aber dazu muss man sich auf jede Sache völlig konzentrieren. Wenn man einen Zweifel hat, muss man bis zum Grund dieses Zweifels gehen. Dann kann man erwachen. Versucht man nicht, ihn zu klären, wird dieser Zweifel zu einem Hindernis. Das Ergebnis ist, dass man in seiner Praxis stehen bleibt.

Wenn ihr die Geschichte von Toshi Gisei und Fuyo Dokai und meine Kommentare dazu hört, sollte euch klar sein, dass es sich um nichts anderes als um euch selbst handelt. Fuyo Dokai sagte zum Beispiel: „Die Worte der Buddhas und Patriarchen sind wie Tee und Reis. Gibt es etwas außerhalb davon, um den Menschen zu helfen?“ Anders gesagt: Haben die Buddhas und Patriarchen etwas anderes als ihr alltägliches Leben unterwiesen?

Indem er diese Frage stellt, erweckt Fuyo Dokai den Eindruck, auszudrücken, dass die Essenz der Unterweisung der Buddhas ihr tägliches Leben ist. Zugleich ist er sich nicht völlig sicher, es liegt ein Zweifel in seiner Frage. Doch verdrängt er diesen Zweifel nicht, er zeigt ihn Toshi Gisei. Toshi Gisei antwortet ihm mit einer Gegenfrage: „Hängt die Macht des Kaisers in seinem Reich von derjenigen der vorherigen Herrscher ab?“

Wenn ihr diese Frage hört, fragt euch selbst: „Was ist die Kraft, die mein Leben antreibt? Wem folgt ich?“

Auch wenn dieses Kusen das Erwachen von Fuyo Dokai und das von Toshi Gisei vor Augen führt, so ist es doch nicht dieses Erwachen, dem man folgen soll. Man muss die Wahrheit vollkommen durch sich selbst verwirklichen, durch die Kraft des Zazen, das wir jetzt praktizieren. Die Beispiele der Alten sind nur eine Anregung, um nicht in unserer Praxis stehen zu bleiben. Der wesentliche Punkt besteht weder darin, die alten Geschichten zu studieren, noch die Wahrheit in den Sutren zu suchen. Wichtig ist das, was wir vertraut durch uns selbst realisieren, und wie wir unsere Zweifel zerstreuen. Deshalb hat Toshi Gisei Fuyo Dokai mit seinem Fliegenwedel geschlagen.

Wie nutzen wir den Fliegenwedel von Toshi Gisei für uns selbst?

Samstag, 8.2.2003, 11 Uhr

Kommt in Zazen ständig zur Konzentration auf eure Haltung zurück. Streckt die Wirbelsäule und den Nacken, zieht das Kinn zurück und entspannt gut die Schultern und den Bauch. Atmet tief ein und aus und folgt nicht euren Gedanken. Beobachtet nur das, was gegenwärtig ist, was von Augenblick zu Augenblick passiert – wie die Gedanken auftauchen und wie sie sogleich wieder verschwinden. Seid jeden Moment aufmerksam und gesammelt. Gebt euch damit zufrieden, einfach zu sehen, was ist.

Keizan sagt: „Wenn ihr denkt und zu verstehen versucht, was der Geist ist, was Buddha ist, verneint ihr euch selbst und schaut woanders hin.“

Zazen bedeutet dahingegen, zur gegenwärtigen Erfahrung zurückzukehren und diese Erfahrung nicht in unsere geistigen Vorstellungen einzuschließen. Denn das würde bedeuten, unsere Zeit zu verschwenden und nur auf unsere Ideen und Vorstellungen zu sehen. Zen ist keine Idee, es ist das wirkliche Leben, hier und jetzt.

Auch dürfen Begriffe wie ‚Zen‘, ‚Weg‘, ‚Geist‘ nicht Gegenstand unseres geistigen Produktionsvorgangs werden, sonst wird unsere Sicht augenblicklich verdunkelt. Die Ideen, die man sich bezüglich Buddhas, des Zen, des Weges macht, werden zu Wolken, die Schatten auf die Klarheit unseres Geistes werfen. Die einzig wirklich wichtige Sache in unserer Praxis ist, uns selbst zu verstehen und nicht selbst einen neuen Gegenstand der Gedanken zu erzeugen. Das bedeutet, vollkommen vertraut mit uns selbst zu sein und auch alle Meinungen und Ideen über uns loszulassen.

Samstag, 8.2.2003, 16.30 Uhr

Lasst im Zazen alles fallen, was nichts damit zu tun hat, einfach nur hier und jetzt gemeinsam in diesem Dojo zu sitzen. Das ist die Wirklichkeit unserer gegenwärtigen Praxis. Damit eins zu werden ist das, was wir verwirklichen müssen. Wenn das nicht ausreicht, wenn wir etwas anderes brauchen, haben wir nicht wirklich die Erfahrung durchdrungen, wahrhaft zu sitzen. In diesem Fall beginnen wir zu zweifeln. Wenn diese Zweifel an der Praxis auftauchen, können sie zum Koan unserer Praxis werden, das uns helfen kann, die Einheit mit der Praxis wiederzufinden.

Meister Keizan sagt: „Wenn man euch fragt, ob ihr den Zustand des Nicht-Zweifels erreicht habt, und ihr euch dann fragt, wozu es gut und ob es notwendig ist, diesen Zustand zu erreichen, dann seid ihr davon getrennt, als läge ein gewaltiges Hindernis wie Tausende von Kilometern Gebirge dazwischen.“

Die Richtung, die uns die Lehre der Buddhas und Patriarchen weist, kann uns helfen, diese Einheit wiederzufinden, nicht durch das Denken, sondern durch die wirkliche Erfahrung in der Praxis. Aber wenn wir uns an die Worte der Unterweisung klammern und ausgehend von ihnen Begriffe konstruieren, besudeln diese Worte der Buddhas und Patriarchen unsere Ohren. Wenn wir die Erfahrung der Einheit verwirklicht haben, brauchen wir diese Worte nicht mehr. Deshalb hat sich Fuyo Dokai die Ohren zugehalten.

Was hat er also realisieren können? Wenn man versucht, sich das vorzustellen, wird diese Vorstellung ein Hindernis in unserer Praxis. Er war einfach vollkommen vertraut mit sich selbst geworden. Das kann jeder nur selbst verwirklichen. Man kann nicht das Erwachen von jemand anderem nachahmen. Dass Fuyo Dokai dies verwirklicht hat, ist eine Ermutigung und Anregung für all diejenigen, die ihm nachfolgen.

Als er Tenzo geworden war, sagte Fuyo Dokai zu Toshi Gisei: „Der Meister hat ihn befreit.“ Es war er, der befreit worden war. Derjenige, der befreit wurde, existierte bereits zuvor. Er war schon immer völlig frei, aber diese Freiheit war gefesselt durch all seine Vorstellungen und Anhaftungen.

Jeder sollte darauf vertrauen, denn in jedem existiert ein freier Mensch, der schon immer in Harmonie mit der Wirklichkeit lebt. Aber es wurde ihm jemand zur Seite gestellt, der sich an viele Dinge haftet und der Angst vor dem Loslassen hat. Es ist die Rolle der Buddhas und Patriarchen und aller Meister, Vertrauen zu geben. Das, was uns gefangen hält, ist das, was wir aufzugeben fürchten. Was wir verwirklichen müssen, ist das wahre Leben, frei von allen Hindernissen. Worauf warten wir?

Mondo

F: Wenn ihr Zenmeister nach eurem eigenen Erwachen gefragt werdet, antwortet ihr meistens sehr

diplomatisch oder geheimnisvoll. Das kann ich verstehen als Zeichen, dass man Satori nicht mit Worten beschreiben kann. Und die Geschichten im Kusen gefallen mir sehr, in denen es heißt: 'Da erwachte er vollständig'. Das heißt, es muss Kriterien geben für den Meister zu erkennen, ob der Schüler erwacht ist. Woran erkennt ihr bei anderen das Erwachen, und woran könnte ich bei mir erkennen, dass ich zu meinem vollen Wesen erwacht bin?

RR: Das wichtigste Kriterium ist, sich von der Anhaftung daran zu befreien. Denn dann ist es nicht mehr nötig, sich an irgendetwas zu klammern, weder an seine gewöhnlichen Täuschungen, noch an den Weg, Buddha, das Satori. Man muss erkennen, dass man wirklich nichts mehr braucht, dass nichts fehlt. Dann gibt es keinen Zweifel mehr.

F: Die erste der Vier Edlen Wahrheiten heißt: Das Leben ist leidvoll. In der zweiten geht es um die Ursachen, in der dritten geht es darum, wie man das Leiden abschaffen kann, also, wie man Gier und Anhaftungen auflöst ...

RR: Nein, wie man das Leiden auflöst ist die vierte. In der dritten geht es um die Möglichkeit der Auflösung. Es existiert ein Zustand ohne Leiden, das Nirvana. Die vierte Wahrheit ist der Weg. Wenn es keine Bestätigung gäbe, dass ein Zustand existiert, der über das Leiden hinausgeht, wäre es vollkommen sinnlos, Weg und Praxis zu unterweisen. Deshalb kommt die Bestätigung des Nirvana vor der Unterweisung des Weges. Buddha hat das Erwachen, den Zustand des Nicht-Zweifels verwirklicht, bevor er den achtfachen Pfad entwickelt hat, der den Menschen zeigt, wie sie sich vom Leiden befreien können. Er war vor dem Erwachen nicht dem achtfachen Pfad gefolgt, er hat nur Zazen gemacht.

F: Meine Frage war jetzt eigentlich: Manche Leiden kann man nicht lösen, zum Beispiel ist Krankheit ein Leiden, auf das man wenig Einfluß hat. Oder beschreibt dieser Weg einfach, dass man die Sichtweise auf das Leiden verändert, dass man Leiden lösen kann, indem man es anders sieht?

RR: Natürlich, das ist genau der Punkt. Aber nicht nur das: Buddha erkannte, dass alles Leiden damit zusammenhängt, in diese Welt geboren zu sein. Der Geburt folgt automatisch Altern, Krankheit, Tod. Wenn du nicht krank werden, nicht altern und nicht eines Tages sterben willst, musst du Mittel finden, um nicht geboren zu werden. Das ist die radikale Ansicht in der Unterweisung Buddhas. Das bedeutet, den Wunsch, den die Geburt hervorruft, nämlich den Wunsch, als Individuum zu existieren, aufzugeben. Das ist ein Aspekt der Unterweisung Buddhas, der vor allem für die Schüler des Hinayana wichtig ist.

Später wurde dieser Aspekt zunehmend weniger wichtig. Stattdessen wurde der Aspekt immer wichtiger, der die Veränderung der Sichtweise auf das Leben betont. Das Nirvana ist nicht in der Tatsache zu finden, geboren zu werden, sondern in der Nichtanhaftung. Denn der Fakt der Geburt beinhaltet alles, was unsere Individualität ausmacht. In diesem Nirvana sind Gier, Hass und Unwissenheit und alle moralischen Leiden, die mit diesen Bonnos zusammenhängen, ausgelöscht.

Aber es bleibt trotzdem ein objektives Leiden, beispielsweise Krankheit, der physische Schmerz, das Alter, altersbedingte Behinderungen. Das sind Leiden, die real sind, auch für den Buddha. Wenn der Buddha zum Beispiel Durchfall hatte, war das nicht lustig für ihn. Aber er fand das normal. Er wusste, dass er eines Tages sterben würde, und das war in Ordnung. Einerseits litt er, denn sein Körper war gebrechlich, aber gleichzeitig akzeptierte er diesen Verfall, wie eine Bestätigung des Dharma. Er hatte davon gesprochen, dass alles unbeständig ist, und er sah, dass auch er sterben würde.

Wenn man zum Beispiel krank wird, ist dies ein normaler Teil des Lebens. Aber man kann seine Krankheit auf völlig unterschiedliche Weise erleben. Hängt man an einem gesunden Körper, mit dem man die Annehmlichkeiten des Lebens genießt, dann empfindet man Krankheit als einen Schock, als ein seelisches Leiden, gegen das man sich auflehnt. Aber wenn man nicht zu sehr an seinem Körper und seiner Gesundheit hängt, kann man akzeptieren, krank zu sein. Natürlich muss

man sich nicht darüber freuen, aber man kann die Krankheit auf eine relativ ruhige Art erleben und dem objektiven Leid nicht noch das dramatisierende Leid des Egos hinzuzufügen.

Meister Deshimaru sagte in einem Kusen über das Leiden: „Zen bedeutet, das Leiden zu entdramatisieren.“ Das heißt nicht, es radikal zu unterdrücken, sondern es zu entdramatisieren, also seine Sichtweise zu verändern. Je weniger man an seinem Ego haftet, umso weniger schlimm erscheinen uns die Dinge, die uns passieren. Das ist die Loslösung.

Sonntag, 9.2.2003, 7 Uhr

In Zazen kommt man ständig zur Konzentration auf die Haltung zurück: Der Rücken ist senkrecht, das Kinn zurückgezogen, die Schultern sind entspannt. Man stößt mit dem Scheitelpunkt des Kopfes in den Himmel und drückt mit den Knien auf den Boden. In dieser Haltung bewegt man sich nicht mehr, nur die feine Bewegung von Einatmung und Ausatmung ist noch da.

Aus der Sicht unseres Egos ist das keine sehr bequeme Haltung. Man ist nicht frei zu gehen, sich zu bewegen, seinen Impulsen zu folgen. Selbst den Gedanken folgt man nicht: Man lässt sie vorbeiziehen. Doch in dieser Praxis kann man völlig frei werden. Wir können mit unserem wahren Selbst in Berührung kommen, das nicht mehr hinter allen möglichen Dingen her rennen muss. Es ist das wahre Selbst, das in der Praxis befreit wird und auch in den Mondos mit Meistern wie Toshi Gisei. Fuyo Dokai hat das verwirklicht: Das wahre Selbst tut nichts, trägt nichts. Es begleitet uns überall hin, schon immer.

Dieses wahre Selbst sollten wir uns nicht als etwas Besonderes vorstellen. Deshalb bezeichnet man es manchmal auch als Nicht-Selbst. Es hat keinen Namen, kein charakteristisches Gesicht, doch kann es niemals verloren gehen, niemals verschwinden. Darüber sagt Keizan: „Während tausenden von Jahren hat es uns immer unterstützt und uns niemals verlassen.“ Er nannte es „diesen alten Mönch“. Er sagt: „Seine Güte hört niemals auf zu existieren. Nie haben wir sie nicht empfangen.“ Wenn man mit ihm in Kontakt tritt, kann man nur eine große Dankbarkeit empfinden. Wenn man dies realisiert, wenn man mit ihm vertraut wird, verschwinden all unsere kleinen Anhaftungen, lassen uns aus ihrer Gefangenschaft frei.

Gestern fragte jemand, was die Kriterien sind, um seine eigene Verwirklichung zu erkennen. Eine Antwort auf diese Frage kann zur Falle werden, denn wenn man denkt, diese Verwirklichung erreicht zu haben, wird dies zu einer neuen Anhaftung. Dennoch gibt es Zeichen dafür in unserem Leben, z.B. wenn man der Kritik, die man bekommt, keine große Bedeutung mehr beimisst, wenn man dem Ansehen nicht mehr verhaftet ist, wenn man nicht mehr beunruhigt ist, etwas oder jemanden zu verlieren. Das sind Zeichen, dass wir mehr in Harmonie mit dem wahren Selbst funktionieren, dass wir wirklich zum Begleiter dieses alten Mönchs werden und dass wir seine Güte empfangen.

Über dieses Loslassen sagte Fuyo Dokai: „Die Formen zu sehen und die Klänge zu hören, ist wie eine Blume auf einen Fels zu pflanzen.“ Schließlich hat er das Kloster nicht mehr verlassen. Er hatte kein Bedürfnis mehr, irgendwohin zu gehen. Ihm war es völlig egal, ob die Leute kamen oder gingen.

Die Dojo-Verantwortlichen beklagen sich darüber, wenn die Leute wegbleiben. Fuyo Dokai empfing alle, doch er versuchte nicht, jemanden zu überzeugen. Wenn die Schüler zu zahlreich waren, gab er sich damit zufrieden, Wasser der Suppe hinzuzufügen. Wenn die Schüler gingen, war er nicht besonders betroffen. Dank ihm erblühte das Buddha-Dharma erneut, die Essenz der Unterweisung des Soto-Zen. Er beging ganz bestimmt keinen Fehler, indem er es bewahrte.

Sonntag, 9.2.2003, 11 Uhr

Während des letzten Zazen des Sesshins haben die Vögel zu singen begonnen. Sie erinnern uns daran, dass die Zeit schnell vergeht. Bald ist es Frühling, und bald ist das Sesshin zu Ende, also

verschwendet keinen einzigen Augenblick des Zazen. Konzentriert euch vollkommen auf eure Haltung, auf jede Ausatmung und folgt nicht euren Gedanken. Sich an keinen Gedanken zu haften ist die beste Weise, das Dharma zu bewahren, den Geist zu verwirklichen, der auf nichts stehen bleibt, weder auf seinen Illusionen, noch auf dem, von dem man glaubt, dass es der Wahrheit entspricht, und noch weniger auf seinen Verdiensten.

Meister Fuyo Dokai hatte das Dharma innig durchdrungen und er beging keinen Fehler, indem er es bewahrte, und er vergaß niemals das, was er von den alten Meistern empfangen hatte. Obwohl er aufmerksam ihren Empfehlungen folgte, sagte er: „Nehmt mein Verhalten nicht als Beispiel, denn es war für mich immer eine Schande, Meister dieses Klosters zu sein. Wie kann ich die Güter, die Mittel dieser Gemeinschaft verschwenden? Wenn ich mich an das Verhalten der alten Meister erinnere, habe ich keinen Ort, um meine Schande zu verbergen!“

Keizan seinerseits, der diese Worte von Fuyo Dokai wiedergibt, sagt: „In meiner Eigenschaft als Nachfolger in der neunten Generation nach Fuyo Dokai ist es verfrüht, dass ich das Dharma unserer Tradition unterweise. Meine täglichen Taten sind ein miserables Beispiel für meine Nachfolger und meine Aufmerksamkeit auf die vier Arten des Verhaltens (d.h. die Art zu sitzen, zu stehen, zu gehen und zu liegen), ist mehr als mittelmäßig. Wie kann ich nur die kleinste Unterweisung weitergeben? Es ist wahrhaft eine Schande.“ Aber er fügt hinzu: „Auch wenn das so ist, solltet ihr dankbar sein, dass ihr die Nachfolger von Fuyo Dokai seid.“

Mit seiner Demut zeigt uns Keizan, dass er ein wahrer Nachfolger von Fuyo Dokai ist. Er gibt uns ein großartiges Beispiel für unsere eigene Praxis. Für diejenigen, die Kriterien für die Verwirklichung suchen, ist Demut ein herausragendes Merkmal - unter der Voraussetzung, dass sie ernst gemeint ist, sonst wird Demut zur Eitelkeit.

Keizan schließt mit Empfehlungen an seine Schüler, die ich gerne mit euch teilen möchte: „Ihr müsst den Bereich des Geistes klar erkennen und in mit großer Sorgfalt behandeln, ohne irgendein Interesse an gutem Ruf oder Vermögen, ohne Stolz oder Hochmut. Konzentriert euren Geist. Konzentriert euch auf eure alltäglichen Handlungen. Realisiert, was realisiert werden muss. Erfüllt die große Sache eurer Praxis, indem ihr nicht vergesst, was ihr von den alten Meistern geerbt habt. Folgt den Spuren der alten Weisen, um ihrem Erwachen in den Augen zu begegnen, d. h. ihre Sicht zu teilen. So könnt ihr, auch wenn wir uns in einer Zeit des Verfalls befinden, einem Tiger auf dem Marktplatz begegnen oder vielleicht Gold unter eurem Hut finden. Das bedeutet, den wahren Schatz zu verwirklichen.“

Er endet mit diesem Gedicht:

Auch ohne Schminke erscheint keine Hässlichkeit.  
Wir bewundern natürlich die Schönheit der Jadeknochen.

Das ist die Schönheit der spirituellen Verwirklichung, die nichts Künstliches benötigt. Jeder kann das realisieren. Die Botschaft Keizans ist, dass wir unsere ganze Energie da hinein geben müssen, uns vollkommen auf das Wesentliche zu konzentrieren, nicht unsere Zeit zu verlieren. Das ist auch die Botschaft der Vögel: Verschwendet nicht diesen gegenwärtigen Augenblick!