

I do it **MY** way

Dies ist eine Antwort auf den Vorwurf eines anderen Schwertmeisters, es sei arrogant zu behaupten, „I did it may way“.

Durch die moralische Welt meiner Eltern fühlte ich mich als Schüler gnadenlos eingeeignet. Als Ausweg habe ich damals die Zen-Meditation begonnen, allerdings ohne Lehrer und ohne Bücher, denn es gab Ende der 60er Jahre die heute veröffentlichte Literatur noch nicht. Ich hatte tatsächlich nur Hermann Hesses "Siddhartha" gelesen, das reichte mir als Ausgangspunkt. Und es bestimmte meinen eigenen unabhängigen Weg, denn Siddhartha begegnet zwar in diesem Roman dem Buddha, folgt ihm aber nicht, weil er seinen eigenen Lebensweg gehen will, um ebenfalls ein Buddha zu werden.

Später, in den 70ern, gab es erste Zen-Texte, aber auch da hatte ich kein Bedürfnis, zu Lehrern zu gehen oder an Gruppen teilzunehmen. Ich habe meine eigenen Meditationserfahrungen gemacht. Später habe ich dann zehn Jahre als "Schüler" einer "Meisterin" gesessen, bis ich über dieses Thema hinausgewachsen war. Das ist ja ein Kern des ZenBuddhismus, daß es keine Lehre gibt, der man folgen kann, und keinen Meister, der einem etwas geben kann. Steht bei allen alten chinesischen Meistern so, allerdings haben die Japaner es verändert mit ihrem konfuzianischen Zen. Wenn man es so benennen möchte, dann sehe ich Rinzai und Co als meine Vorbilder an... Aber meinen WEG bin ich immer alleine gegangen, my way... Ein zweites Beispiel meiner endlosen Arroganz ist mein Umgang mit Krankheit. Ich habe bis zu meinem 35. Lebensjahr jeden Winter zweimal eine

dicke Grippe mit hohem Fieber gehabt und Antibiotika geschluckt. Als dann in meiner ersten Ehe meine Frau sagte, es sei meine Entscheidung, krank zu werden, so wie es ihre sei, nicht zu erkranken, habe ich in der Meditation den Schalter gesucht, der die Krankheit abschaltet, und bin als Ergebnis seit über 30 Jahren ohne Grippe und ohne Erkältung durchs Leben gekommen. Und das ohne Lehrer und ohne Anleitung. Ich kenne weder Kopfschmerzen noch anderes, was den Menschen so üblicherweise zum Arzt treibt. Ich habe in meinem ganzen Leben noch nie einen ärztlichen Check gemacht oder eine Prophylaxe. Die Karies habe ich allerdings nicht besiegt, das gebe ich zu, ich habs auch nicht probiert. Das letzte allopathische Medikament habe ich vor ca. 40 Jahren geschluckt. Seit damals bin ich auch nicht mehr geimpft. Was ich nicht kenne sind die Gefühle der Langeweile, des Frustes, schlechte Laune habe ich ca. 30 Minuten im Jahr. Aggressionen, Ängste, Wut und Ärger suchen mich nicht heim. Ich habe trotz meiner vielen kritischen Texte keine negativen Emotionen, und dabei bin ich nicht leider ein Mensch, sondern ich fühle mich so lebendig als Mensch mit meinen 73 Jahren wie noch nie. Ich bin sehr glücklich, ein Mensch zu sein, eben ein Zen-Mensch und ein Krieger. Ich muß nicht kämpfen, um seelisch im Gleichgewicht zu bleiben. Wenn mich jemand als Arschloch bezeichnet, frage ich mich höchstens, was er für Probleme hat. Und vor allem: Ich leide nicht. Weder an der unvollkommenen Welt noch an meiner - überall vorhandenen - Unvollkommenheit. Ich bin gesund, ich hatte eine Frau, die mich liebte und mit mir diesen wunderbaren Zen- und Kriegerweg ging, und die ich erst gefunden habe, nachdem ich die Programmierungen durch Eltern und Gesell-

schaft gelöscht hatte - ich gehöre zu den wohlhabendsten 10 % der Gesellschaft - ich habe ein geniales Zentrum und supernette Schüler - und zu jedem Punkt könnte ich genau erklären, wieso - vom Haus bis zur Gattin - es meine ganz individuelle eigene Entscheidung war, weder durch Zufall noch durch die Entscheidung anderer sind diese Dinge passiert. Klingt arrogant? Mag sein, mag sein. Das ändert aber nichts an den Tatsachen. Das ist mein Leben. Zwischen 55 und 73 habe ich eigentlich den entscheidenden Schub an Lebensfreude und Lebensenergie bekommen, hab mich noch nie so frei und lebendig gefühlt wie jetzt. Natürlich vergeht das auch wieder, wenn ich dann älter werde - keine Ahnung, wie es tatsächlich weitergeht. Bisher haben meine inneren Pläne funktioniert. Und da ich mit 20 Jahren beschlossen habe, 100 Jahre alt zu werden und dabei topfit und gesund zu bleiben, nehme ich an, daß ich das auch schaffen werde. Jetzt weiß ich auch, weshalb ich Tai Chi mache und nicht Kendo, Kendo scheint mir dabei nicht sehr hilfreich. Spannend, was die Schutzmechanismen des Ego darstellen - beim Normalmenschen. Genau das ist eines der Themen auf meinen Kriegerseminaren. Der Krieger hat diese Schutzmechanismen nicht. Ich habe dieses Thema nicht. Der Einzelne hat die Identifikation mit der Gruppe, sei es der Fußballverein, die Familie, der Sportverein oder sonst etwas. Ich habe gelernt, auf Identifikationen zu verzichten, und Bestätigung durch andere habe ich nie gesucht, dazu war ich zu eigensinnig und zu individuell - schon als Kind. Oder, um es anders auszudrücken, mein Ego hat es nicht mehr nötig, sich wichtig zu machen. Es hat von allem genug abbekommen und darf jetzt einfach zuschauen, wie mein Leben ohne es abläuft (ist übri-

gens eine meiner zentralen Tai Chi Übungen). Ich spiele weder den Meister noch den Guru, ich bin ein freundlicher Partner meiner Schüler, mit denen ich zusammen meinen Geburtstag feiere, die mich zum Kaffee zu sich nach Hause einladen, sie sind wichtig, nicht ich. Sie lernen. Und indem sie lernen, lerne ich von ihnen. Ich bin gleichzeitig der Schüler und der Lehrer meiner Schüler. Wir haben keine Hierarchie, und ich nehme mir die Freiheit, jeden Menschen da abzuholen und zu fördern, wo er steht. Und alles geschieht immer mit einer wunderbar fröhlichen Stimmung, mit viel Lachen, die Menschen verlassen erfüllt den Unterricht. Hier gibt es kein Leid. Wozu soll es gut sein, in der Kampfkunst zu leiden? Da draußen wartet auf die meisten genug Leid im Beruf, in der Partnerschaft etc. Meine Kampfkunst, ob Iaido oder eine andere, führt meine Schüler zu Leidfreiheit. Sie beraten sich mit mir auch über ihre Partnerschaftsprobleme, ihre beruflichen Sorgen, über Gesundheit und Co. - wir sind, wenn man das so bezeichnen will, eine echte, natürliche buddhistische Sangha der Leidüberwindung. Klingt arrogant? Ich habe das von niemandem gelernt. Es ist passiert. So, wie ich Kumi-tachi gelernt habe, habe ich auch Tai Chi und Zen gelernt. Als Techniken. Und dann habe ich etwas entdeckt, nämlich den Sinn des Ganzen. Das führt zur Freiheit, zum Nicht-Leiden. Und es macht unendlich Spaß. Also nochmal, mein Ego ist nicht das Problem, es hat sich einfach zurückgezogen und etwas Größerem Platz gemacht. Manchmal kommt es noch hervor und möchte ein Glas Wein, einen neuen Fotoapparat, aber es kann auch ein guter Berater sein. Ein in sich ruhendes Ego ist ein unschätzbbares Juwel. Es hat keine Angst vor dem Nirvana, der Auflösung. Es

hält Zwiesprache mit dem Nichts. Das macht ihm keine Angst, sondern ist ein Vergnügen. (Herzsutra - Form ist Leere....) Noch einmal zu den Emotionen (denen, mit denen man kämpfen muß) - ich habe eigentlich keine - bis darauf, daß ich mich immer wieder verliebe, in das Leben, in Frauen - und ohne Emotionen bin ich viel sensibler, nehme viel mehr wahr von den Welt, von den Menschen, von mir. Ich spüre andere Menschen direkt, ich fühle sie in der Begegnung. Dazu brauche ich keine Emotion, die würde das nur stören. Tut mir leid, daß ich so bin, scheint wohl als arrogant zu gelten aber ich kann daran nichts ändern, "ich" hab das nicht in der Hand. Und hier komme ich jetzt zum Thema Unterwerfung: Ich unterwerfe mich. Ich werde mich aber nie einem Menschen (Meister, Guru oder so) und nie einer Lehre (sei sie buddhistisch, katholisch oder sonstwas) unterwerfen. Diese Unterwerfung ist tabu in meinem Dasein, und das ist gut so. Aber: Ich unterwerfe mich dem Leben. Seit ich entdeckt habe, daß das Leben mehr kann und weiß als ich, habe ich keine Angst mehr zu leben. Es hatte mir mein wunderschönes Haus gebracht ("ich" habe 60 Minuten danach gesucht, der Besitzer hat 10 Jahre lang versucht, es zu verkaufen), „ich“ kann hinter die Masken von Menschen schauen und weiß, wer sie wirklich sind (nicht immer, schöne Frauen blenden mich noch immer), und „ich“ habe immer wieder die richtigen Einfälle, um weiter zu kommen. Nur - - es ist wie surfen. Mein Ego reitet die Riesenwellen des Lebens, die mal kommen, mal nicht. Es verwechselt sich aber nicht mit der Welle. Mal ist es oben, mal unten, und alles ist lustvoll. Vielleicht das auch noch, zum gräuslichen Ende: Lustvoll ist ein Zentralthema. Was nicht lustvoll ist, das ist unwichtig. Genetisch sind wir

auf Lust getrimmt. Also sollte Partnerschaft, Essen, Lernen, Kampfkunst, Beruf - alles sollte lustvoll sein. Denn- dann können wir ungefähr das Zehnfache von dem leisten, was wir erreichen, wenn wir leidvoll leben. Tja, und zu dem Thema: Sich die Kritik verbieten, weil man nicht reif genug dazu ist - wer sagt das? Und wann? wenn ich mit über 60 Jahren immer noch nicht reif bin, eine eigene Meinung zu äußern, dann gute Nacht. Wann denn dann? Selbst wenn ich nur Schwachsinn rede, ist es doch besser, ich sage ihn, als daß ich warte bis ich tot bin. Das Problem liegt darin: Woher soll ich wissen, daß ein Dalai Lama, ein Guru, ein Buddha, eine Merkel klüger sind als ich? Daß sie den Vollcheck haben? Wenn ich dümmer bin als sie, dann werde ich nicht die Fähigkeit haben, das zu erkennen. Die dümmsten Menschen halten sich für besonders klug. Nur kluge Menschen erkennen ihre Begrenztheit, aber auch ihre Überlegenheit. Unterwerfen - Nie!! Also - zum Schluß - ich erhebe meine Stimme! Diese Stimme ist der Ausdruck meines Daseins und ich kenne niemanden, mit dem ich tauschen möchte. Und indem ich "Ich" bin, ermögliche ich anderen, sie selbst zu sein - furchtlos, angstfrei, selbstbewußt, arrogant, überheblich, ich liebe Menschen, die Freude an der Grenzüberschreitung haben und dabei eine unendliche Lebenslust ausströmen. Und indem ich mal wieder mitten in der Nacht schreibe, statt zu schlafen, unterwerfe ich mich dem LEBEN, das mir aufträgt, AUFZUSCHREIEN, statt still zu sein, unbequem zu sein, statt angepaßt, individuell, statt konform mit Vereinen und Regeln, Mensch zu sein, ICH zu sein, indem ich LEBEN bin. Und ich weiß zwei, die mich verstehen. Und das genügt mir. Christoph www.lebensfluss.de