

Für mich ist Zen alles für mich ist alles Zen einS

Der Zen-Buddhismus, wenn man ihn neutral betrachtet, ist auch nur so eine Religion mit Vorschriften und Regeln wie der Islam, er gibt den Menschen von außen durch Regeln und Zugehörigkeit einen starken Halt, damit sie mit den Wirrnissen des Lebens irgendwie zurande kommen, aber er fesselt sie damit genauso. Ein Zen-Buddhist ist auch nur ein Esel, der an einen Pflock gebunden auf der Wiese steht, damit er nicht wegläuft und sich verirrt. Und immer wieder ruft er I Ahh – Budd Ahhh – und rezitiert auf Eselsart.

Ob ich jetzt stundenlang still auf einem runden Kissen sitzen muß - den Rest meines Lebens - jeden Tag - anstatt über Wiesen und Felder zu laufen, in der Sonne zu liegen oder einen anderen Menschen zu umarmen, oder ob ich mich soundso oft am Tag nach Mecker niederwerfen muß und mir ständig die Käsefüße waschen und dann im Ramadan tagsüber nix essen und trinken darf – Vorschriften sind nur für unfreie Menschen wichtig, für Menschen, die immer jemanden brauchen, der für sie denkt und fühlt und Verantwortung übernimmt.

Diese ganze Vorschriftenmacherei war ja in bestimmten Situationen früher „alternativlos“ gewesen. Man hatte ein Kloster gebaut, hatte einen netten und klugen Meister gefunden, der es leitete und weise Reden hielt, und nun mußte jede Familie, die was auf sich hielt, einen der ihren in das Kloster abstellen, um das Familienkarma zu verbessern. Es war ja damals wie heute ein kollektiver Trancezustand angesagt, wer selber dachte flog raus oder

wurde ermordet.

Und für diese Masse an zurückgebliebenen Befehlsempfängern wurden die vielen Regeln erlassen, die der Buddhismus hat. Natürlich gilt das identisch für den Orient oder anderswo auf der Welt, die genital gesteuerten Nomadenmänner brauchten ebenfalls Regeln, um wenigstens miteinander mit wenig Mord und Totschlag auszukommen, als Opfer wurden stattdessen die Nichtgläubigen und die eigenen Frauen angeboten.

Da gibt es eine spannende Zen-Geschichte: Nansen schneidet eine Katze durch. Die Mönche in seinem Kloster spielten gern mit einer Katze, stritten sich aber auch wie die Kinder darum, wem sie eigentlich gehörte. Als der Meister das sah dachte er: Da hab ich mal etwas, was ihnen wichtig ist, da kann ich sie aus ihrer Dumpfheit herausknacken. Und er drohte ihnen, die Katze in zwei Teile zu zerschneiden und jeder Gruppe eine Hälfte zu geben, wenn niemand etwas Durchschlagendes zu ihrer Rettung sagen könnte. Die waren aber Zen-Mönche, kriegten also ihr Maul nicht auf, nicht mal zur Rettung ihres Spielzeugs. Katze tot, Zen tot, aber eine nette Geschichte zum Überliefern entstanden.

Solche Dumpfbacken brauchen Regeln, Regeln, Regeln, damit man ihnen sagen kann: Einatmen, ausatmen, rechten Fuß, linken Fuß, und jetzt bitte recht freundlich ein Sutra rezitieren. Und nicht vor dem Gong vom Kissen aufstehen.

Anschließend kacken.

Kommen wir zurück zu unserem Ausgangspunkt: „Für mich ist Zen alles“ meint in diesem Zusammenhang, daß ich mich für nichts sonst interessiere. Mein Leben wird unter dem Leitbild des Zen durchgeführt. Ich habe keine Interessen, die damit nicht kompatibel sind, ich interessiere mich nicht

für Menschen, die sich nicht für Zen interessieren. ICH bin ein „Zen-Mensch“.

Schauen wir mal die 10 Ochsenbilder an und prüfen, welcher Stufe das entspricht. (Siehe auch meinen Text dazu)

1. Stufe: Der Mensch spürt, daß ihm etwas fehlt, er wird zu einem Suchenden. Er weiß aber noch nichts vom großen WEG.

2. Stufe: Zazen wird geübt, Texte gelesen, man beginnt zu ahnen, worum es geht. Daß man ES aber überall findet, bleibt verborgen.

3. Stufe: Der Übende macht erste Erfahrungen, die Meditation führt zu tieferen Erlebnissen. Man erkennt, daß ES ein offenes Geheimnis ist.

4. Stufe: In der Meditation entsteht Sicherheit, die Klarheit insgesamt fehlt aber noch. Meditation ist immer noch mit Kampf und Mühsal verbunden.

5. Stufe: Mit permanenter Anstrengung und der Hilfe von Riten und Regeln kann man einen Zustand halten, in dem man leidfrei ist.

6. Stufe: ES ist erreicht, man kann sich ganz dem Sein überlassen und wird ohne eigene Entscheidungen immer richtig handeln.

- - - Zwischen Stufe 5 und 6 liegt die Aussage, daß Zen alles ist – denn hier ist noch das Haften an Regeln, Riten und Roben notwendig, um den Zustand zu halten oder wieder zu erreichen, in dem man sich richtig fühlt. Ab Stufe 6 hat man losgelassen, man muß nicht mehr eingreifen, man hat ein tiefes Vertrauen in das Dasein gewonnen und fühlt sich überall und in jeder Situation heimisch und geborgen. Es geht aber noch weiter:

7. Stufe: Nichts ist mehr notwendig, um im Sein lebendig mitzuströmen. Selbst die Übung des Zazen führt nirgendwo mehr hin.

8. Stufe: Die Leere ist erreicht, alles geschieht in der Fülle des Daseins wie von selbst, und weder

Meister noch Schüler noch WEG bleiben.

9. Stufe: Im Ursprung angelangt erkennt man, daß man nirgendwo hin gegangen ist, alles war immer schon so wie es einfach ist.

10. Stufe: Der „Erleuchtete“ geht zurück in die Welt, da die Trennung zwischen Leere und Form aufgehoben ist – er ist eins mit allen Wesen.

Diese zehnte Stufe ist gemeint, wenn jemand sagt: „Für mich ist alles Zen.“

Die erste Aussage trennt das Zen und seine Übungen, seine geistige Haltung, seine Riten und Rituale vom normalen Leben der Menschen, die sich damit nicht beschäftigen. Auf einer gewissen Ebene ist ja auch eine Trennung da, aber auf der fünften Stufe hat man die Einheit von Leere und Form noch nicht verwirklicht. Da würde helfen, das Herz-Sutra wirklich zu verstehen.

Oder, um es in unserem Erfahrungsbereich anzusiedeln: Ob jemand Tai Chi macht, Karate oder Schwertübungen, oder ob er Gemüse anbaut, Autos repariert oder Lebensmittel verkauft: All das ist in jedem Fall ein Ausdruck der Leerheit, hier manifestiert sich in einer bestimmten Form das Sein. Auf der fünften Stufe sortiert man noch in Schubladen: Das ist gut, das ist schlecht, das paßt zum Zen, das nicht.

Gerade im ritualisierten Zen Japans ist es so, daß gewertet und ausgeschlossen wird. Da müssen die Abläufe alle genau stimmen, da müssen die Regeln genau eingehalten werden, da ist alles exakt vorgegeschrieben. Ein Zen-Mensch der 10. Stufe ist für einen Zen-Menschen der 5. Stufe der pure Horror, weil alles, was dem einen heilig und wichtig ist, für den anderen bedeutungslos geworden ist.

Wozu sind wir auf dieser Welt? Was sollen wir tun als lebendige Menschen in diesem kurzen Dasein? Der eine sagt: Sitzen, meditieren, rezitieren, sich

selbst kontrollieren, damit man weiter kommt. Zen ist das Wichtigste!

Der andere sagt: Die Sonne scheint: Also Hängematte! Du bist mir nah: Laß uns gemeinsam lachen!

Ganz real ist es für den einen wichtig, möglichst lange und intensiv viel Zazen zu machen. Aber wozu haben wir denn unsere Beine? Zum Sitzen? Wozu haben wir unsere Augen? Zum Schließen? Wozu haben wir unsere Hände? Zum Falten? Wozu haben wir Geschmack, Gefühl, Gedanken? Zum Abschalten? Soll der Sinn des Lebens nach Zen-Ansicht darin bestehen, daß man aus allem Leben aussteigt und nur noch sitzt? Vergeudete Zeit!

Rinzai, nach dem sich ja witzigerweise eine japanische Zen-Richtung nennt, obwohl sie inhaltlich nichts mit ihm zu tun hat, hat seinen Mönchen nie geraten, sie sollten lange und diszipliniert meditieren, oder rezitieren, oder sonstwas, er hat gesagt, daß er seinen Schülern alles wegnimmt, woran sie sich festhalten – Regeln, Riten, Rituale. Lebt einfach das Leben wie es kommt, das war sein Leitspruch. Das ist das Zen der 10. Stufe. Ein Zen ohne Zen.

„Für mich ist Zen alles“ ist das Schubladenthema. Ein Mensch hat den Weg zu zen-buddhistischen Gruppen gefunden und das hat ihm geholfen, sein Leben zu meistern. Dort ist er dann stehen geblieben und hat alles, was er gelernt hat, in eine Schublade gepackt, damit es nicht wieder verloren geht. Denn offensichtlich setzt an dieser Stelle ein Grundthema des Menschen ein: Die Angst. Als Zen-Mensch bin ich zugehörig, ich bin wichtig, ich mache etwas Besonderes. Schon gar wenn ich dann Mönch oder Meister bin, eine tolle Robe trage und das Kleckerlätzchen fürs Frühstück, dann kann ich

wie ein katholischer Priester herumgockeln. Dann bin ich jemand, der andere belehren darf.

Ne, scheiß drauf, Zen-Menschen sind unwichtig. Wichtig ist das Leben selbst, die Menschen, die Tiere, die Pflanzen, Sonne, Wind und Regen. Wenn mich eine bunte Robe davor schützt, auf der Straße überfahren zu werden – super! Aber ansonsten sind alle Zen-Regeln und Verhaltensweisen einfach Kinderkram, sie sind Spielzeug.

Gut, sie können wichtig sein in der Anfangszeit, in der man umherirrt – so bis Stufe drei vielleicht. Aber sie sind kein Dauerzustand. Irgendwann lernt ein Kind zu krabbeln und aufrecht zu gehen, warum nicht auch ein Zen-Buddhist? Warum bleiben Zen-Buddhisten auf der Krabbelstufe stecken? Bodhidharma soll gesagt haben, der Inhalt des Buddhismus sei leere Weite ohne etwas Heiliges. Da ist nichts um sich daran festzuhalten.

Dann sehen wir aber immer wieder so berausende Videos von japanischen Klöstern mit ihrer unglaublichen Stimmung, den sauberen Fluren, den disziplinierten Mönchen, den Buddha-Figuren, den Trommeln und dem Weihrauch – und das verwechseln wir dann, dann kommt schlagartig die Amnesie in Bezug auf Bodhidharmas und Rinzais Aussagen. Da wollen wir dazugehören, und wir sind von der Vorstellung hypnotisiert, daß wir es nicht alleine schaffen. Dabei schaffen wir es nur alleine, wenn wir es wirklich schaffen. Es hilft uns keiner. Sehr viel eher helfen wir anderen.

Also – Loslassen. Freiheit. Gefahr. Alleinsein. Verantwortung. Lächerlichkeit. Unverstandensein. Einssein. Geborgensein. Mut. Vertrauen. Liebe. Sich Hingeben. Zen muß sterben um zu sein.

Christoph Jantzen, August 2015

www.lebensflusss.de

christoph@lebensflusss.de