

新刊



„Mu - gen“

Sanghabrief „Mu-gen“ <http://www.start.at/zendo> weiter unter Dokumentation / Mu-gen Heft 27 Jänner 2010

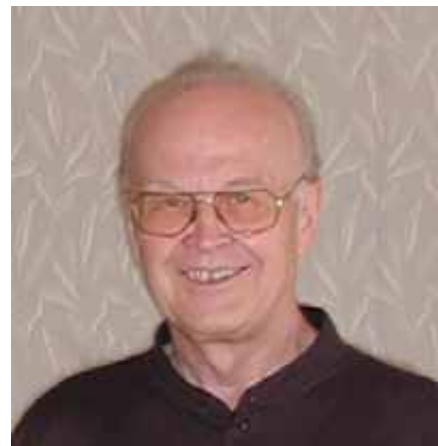


Auf Buddhas Scheitel
häuft sich der Schnee und senkt sich
Des Winters Krähe.

Gesturei

HIS MASTER'S VOICE

Es ist ein Ewiges ...



Karl Obermayer

Es ist ein Ewiges,
das wandelt und das bleibt,
das in dir selber ruht
und ruhlos alles treibt.

Du musst Erregungen und
Leidenschaften lassen,
wenn du das Ewige, das ruhet,
willst erfassen.

Du musst Erregungen und
Leidenschaften hegen,
wenn dich das Ewige, das wandelt,
soll bewegen.

Erfassend und erfasst,
erregend und erregt ...
Sei gleich dem Ewigen selbst,
bewegt und unbewegt.

Friedrich Rückert

Dieses Gedicht hat uns beim
letzten Zazenkai in Marienkron
„bewegt“!

Geht doch immer wieder die
Diskussion beim zweiten der
vier klassischen Gelübde um
die Frage: Warum sollen wir
die Leidenschaften überwin-
den? Dabei wird übersehen,
dass das mit Leidenschaft über-
setzte Wort „bonno“ eigentlich
bedeutet: alles, was Leiden
bringt, (Leiden schafft!) zu
meiden, aber eben nicht heißt,
apathisch und unbewegt durchs
Leben zu gehen.

In dem Gedicht von Rückert
wird „Leidenschaft“ in unse-
rem gängigen Sprachgebrauch
verwendet. Was mir gefällt und
was meiner Meinung nach ganz

im Sinn unserer Zenpraxis ist,
dass hier beide Seiten als wich-
tig hingestellt werden. Man
könnte es mit dem Prinzip „Yin
und Yang“ vergleichen. Gerade
unser Zazen soll uns helfen, zur
Ruhe zu kommen, nicht von E-
motionen, egal in welcher Rich-
tung, geplagt zu werden. In un-
serem Alltag sollen wir fähig
sein, engagiert und mit Begeis-
terung an die Aufgaben heran-
zugehen und mit echtem Mitge-
fühl den Menschen begegnen zu
können.

Gehen wir also, wie es in der
letzten Strophe heißt, dem Ewi-
gen gleichend bewegt und unbe-
wegt ins neue Jahr.

Karl Obermayer

Gedenken an Walter Klepac.

Er ist bereits zu Pfingsten am 30.5.2009 verstorben. Da erst kurz vorher ein Mugen erschienen ist, konnte darauf nicht Bezug genommen werden. Inzwischen ist viel Zeit vergangen und in der letzten Ausgabe haben wir es übersehen.– Er war mit seiner Frau Annemarie in einer Familienrunde in St. Florian und von Anfang an (1974) treuer Zenübender. Auf vielen Sesshin über lange Jahre. Später dann aus gesundheitlichen Gründen war es nicht mehr so möglich. Zuletzt hatte ich eine herzliche Begegnung mit ihm bei meiner Geburtstagsfeier.

Es war mir ein Bedürfnis und eine Ehre, sein Begräbnis zu halten. Er hatte bis zu seiner Pensionierung eine bedeutende Position bei der Wiener Polizei, und ich war überrascht über die vielen Kollegen, den Musikzug und die diversen Abordnungen – es glich direkt einem „Staatsbegräbnis“.

Ich und viele, die ihn gekannt und geschätzt haben, werden ihn nie vergessen.



Verbundenheit

„Blumen lächeln
absichtslos“



Martina Rotheneder hat von mir die Betreuung der Shodogruppe vor 5 Jahren übernommen, als ich von der Pfarre ging. Sie ist künstlerisch sehr begabt, hat auch ein entsprechendes Studium gemacht und hat mit großer Liebe und fleißiger Übung die ganze Zeit mitgemacht, seit Claude Durix uns in die Kunst der jap. Kalligraphie eingeführt hatte.

Es war wirklich an der Zeit, ihr eine Anerkennung zu geben und eine kleine Freude zu machen.

Heller wird's

von Else Macho

Draußen glitzert der Schnee, im Blumenladen an der nächsten Straßenecke werden schon die ersten Frühlingsboten, Märzenbecher und Tulpen, angeboten. Auch die Wintersonne lässt die dunklen Tage vor Weihnachten schon sehr weit weg erscheinen. Doch möchte ich mich kurz zurück erinnern. Ich verbrachte Weihnachten bei meiner Tochter und Ihre Familie in einer Kleinstadt in Deutschland. Für den Vorweihnachtsnachmittag hatten wir einen gemeinsamen Besuch einer Familienmesse in einer röm. kath. Kirche geplant. Es war dort übervoll, Großeltern, Eltern und viele Kinder. Für diese Kinder wurde an Hand eines Schattenspiels die Weihnachtsgeschichte erzählt, quasi als Evangelium. Dann kehrte der

Priester zur Messordnung zurück. Für die „Fürbitten“ animierte er die Kinder, Vorschläge zu machen, wofür wir beten könnten und er manipulierte dabei die Kinder, die im Volksschulalter waren, so, dass dabei jene üblichen Fürbitten zustande kamen, die man an einem solchem Tage gerne hört. So wurden die Armen, die Kranken, die Einsamen und da „Kopenhagen“ noch in aller Munde war, auch die Umwelt genannt. Plötzlich zeigte ein kleineres Kind auf, und als der Priester auf es zeigte, sagte es: „Dass niemand sterben muss.“ In der Kirche war es still geworden, der Priester sah sich bemüht, dem Kind zu erklären, dass alle Menschen einmal sterben müssen ...

Da entgegnete der Junge: „Aber

mein Freund war doch erst ein Kind.“ Ich glaube, die Menschen hielten alle den Atem an, und der Priester nahm jetzt den Jungen mit vor den Altar, wo die Kinder jetzt ihre Fürbitten vorbringen durften ... für die Armen ... für die Kranken ... für die Einsamen und für die Umwelt ... der Priester flüsterte dem kleinen Jungen etwas ins Ohr. Wir konnten das nicht hören, aber wahrscheinlich hat er dem Kind gesagt: „für die Verstorbenen“. Das Kind machte eine ungeduldige, abschüttelnde Kopfbewegung und sagte dann laut und deutlich und fast ein bisschen zornig: „Für alle, die sterben müssen“.

In diesem Moment war Weihnachten, denn da war einer, den man nicht vereinnahmen kann.



Ein missglücktes Teisho

von Rudolf Distelberger

„Tag und Nacht sind nicht verschieden. Dieselbe Sache wird einmal Nacht genannt und einmal Tag. Sie sind ein und das selbe.“

Zen-Praxis und unsere alltägliche Aktivität sind ein und dasselbe. Wir nennen Zazen Alltagsleben und Alltagsleben Zazen.“ (Shunryu Suzuki)

Wenn man den ganzen Tag einen Groll mit sich herumgetragen hat, kann man darüber nicht sprechen. Nichts von Zen. Gehen wir den Umweg über einen Alltag, der sich über Jahrhunderte spannt. Machen wir einen Blick auf die Kunst.

Heuer jährt sich der 400. Todestag des Michelangelo Merisi da Caravaggio (1573–1610). Im Herbst sind zwei große Biographien über ihn erschienen, die sein Gesamtwerk enthalten. Caravaggio war ein Revolutionär. Er löste sich von der künstlichen Kompliziertheit der Malerei seiner manieristischen Vorgänger, durchdachte jedes Thema neu und suchte das Geistige durch z. T. krassen Realismus auszudrücken. Als er für den Altar der Contarellikapelle in S. Luigi dei Francesi in Rom den Evangelisten Matthäus darzustellen hatte, malte er ihn als grobschlächtigen, vierschrötigen Kerl, dem das Schreiben sichtlich Mühe macht, so dass ein Engel ihm die Hand führen muss. Es ist, als würde er erst schreiben lernen, während er das Evangelium aufzeichnet. Das Bild wurde als eines Evangelisten unwürdig abgelehnt. Dabei drückte Caravaggio doch gerade auf diese Weise aus, dass nicht

der Mensch Matthäus wichtig ist, sondern die göttliche Offenbarung, die sich durch ihn hindurch im Buche niederschlägt. In der zweiten, idealistischen Fassung schwebt ein Engel vom



Himmel, der dem aufblickenden Evangelisten den Text eingibt. Die erste Fassung verbrannte



1945 in Berlin. – Bei der Berufung des Matthäus in derselben Kapelle kommt von rechts, von woher auch das Licht kommt, Jesus und deutet auf den Zöllner, der gerade mit seinen Komplizen Geld zählt und Karten spielt. In der Geste Jesu zitiert Caravaggio die Hand bei der Erschaffung Adams in der Decke der Sixtinischen Kapelle von Michelangelo. Warum wählte er dieses Zitat? Er drückt dadurch aus, dass die Berufung eine Erweckung zu neuem Leben ist. Jede Berufung ist der Anfang eines neuen Lebens.



Noch einmal benützt Caravaggio diese Geste: bei der späten Auferweckung des Lazarus von 1609 in Messina. – Caravaggios Licht schält die Figuren vor einem meist neutralen Hintergrund plastisch heraus, wodurch erst Raum entsteht. Es ist ein Zeigelight, das sich an der Stofflichkeit der Dinge festmacht. Der Maler führt uns über die Materie

zum Geist.

Von ganz anderer Qualität ist das Licht Rembrandts (1606–1669), dessen Hell-Dunkel oft mit jenem Caravaggios verglichen wird. Auch Rembrandt meditierte über die biblischen Historien und erzählt sie neu. Dabei ordnet er sie in die reale



Lebenswelt ein. In der Kreuzaufrichtung in München (um 1633) beteiligt er sich selber zupackend im Zentrum des Bildes. Das Ereignis ist sozusagen nicht vergangen, sondern es wiederholt sich immerzu. Wir sind es, die immer noch die Unschuldigen quälen und zu Tode bringen. Es gibt keine Lichtquelle, keinen Unterschied zwischen Tag und Nacht, das Licht kann sogar formauflösend wirken. Licht und Dunkel sind dieselbe Substanz, durch die alle Dinge, das Sichtbare und Unsichtbare, zur Einheit zusammenwachsen. Vom hell aufleuchtenden Körper des Gekreuzigten kommt ein Reflex auf die Figur Rembrandts und auf den Schächer mit Brustpanzer. Es gibt kein Tageslicht. Das Hell-dunkel dient der dramatischen Verdichtung der Erzählung.

In der Anbetung der Hirten (1646), ebenfalls in München, trägt einer der Hirten eine Laterne mit brennender Kerze mit sich. Aber dieses Licht erleuch-

tet nichts. Alles Licht im Bild geht vom Kind aus und dieses Licht fasst die ganze Szene zu einer großen Einheit zusammen, gibt allen Menschen und Dingen ihr Leben. Das Kind strahlt in seiner ganz primitiven Umgebung ohne überirdische Einbrüche. Da gibt es keine Engel und es öffnet sich kein Himmel. Rembrandt verweist uns auf dieses Strahlen eines Kindes. Gerade die Natürlichkeit der Erzählung will wohl sagen, dass wir alle in einer gewissen Weise strahlen und damit anderen ihre eigene Tiefe erahnen lassen können. Das Bild ist voll Wärme. Ausstrahlung und Empfangen sind eins. Damit gelangen wir zurück zu unserer Übung, denn durch Zazen hoffen wir, unser Ego, das ständig nur beleuchtet sein will, zu überwinden und unser Selbst freizulegen.

Jeder von uns kennt wohl einen Menschen von besonderer Ausstrahlung. Bei den Karmelitinern in Mayerling gab es vor Jahren eine Außenschwester, welche in der Kapelle für die Touristen kleine Führungen zu machen hatte. Die Kapelle steht auf dem Ort, an dem sich Kronprinz Rudolf erschoss. Die Leute erwarteten Gruseliges. Sie bekamen jedoch viel mehr. Sowohl die Wiener Führer als auch die Teilnehmer des Ausfluges gestanden nachher, dass es nicht das Wenige war, was die Schwester zu erzählen wusste, was sie beeindruckte, sondern die Schwester selber. Sie war das Erlebnis. Man begegnete einem unvergesslichen Menschen, der von innen her strahlte. Die Schwester hieß Maria Lucia.





Fr. AMA Samy S.J.

Auszug aus dem Vorwort zu seinem neuen Buch,
an dem er gerade arbeitet.

Den Buddhaweg zu realisieren bedeutet das Selbst zu realisieren. Das Selbst zu realisieren bedeutet das Selbst zu vergessen.

Das Selbst zu vergessen bedeutet das Erwachen zu den Zehntausend Dharmas (die gesamte Welt) – Dogen.

Es gab in den letzten Jahren eine große Krise und scharfe Kritik am Zen, sowohl an Zeninstitutionen als auch an individueller, persönlicher Übung und Übertragung. Die erste große Krise ist die Ethische: viele sogenannte erleuchtete Meister in Japan und im Westen haben sich unethisch und unmoralisch verhalten. In Japan geschah es im Zusammenhang mit dem Nationalismus, rassistischen Vorurteilen, Ethnozentrismus, Kriegshetze und Unrecht. Im Westen geschah es im Bereich des Individualismus, Narzissmus, Missbrauch von Macht und Sex, sowie beiseite lassen von ethischen Normen. Die zweite große Krise ist eine der Hermeneutik, der schriftlich überlieferten Geschichte, der sozialen sowie der politischen Geschichte und Genealogie. Gelehrte graben in der Vergangenheit der Zengeschichte und finden, dass die Zengeschichte durchsetzt ist mit Mythen, Legenden und hegemonialen Konstruktionen. Die dritte große Krise ist der chaotische Zustand des heutigen Zen, speziell in der Ausbreitung der Zenschulen und der Vermehrung von Zenmeistern im Westen. Die meisten von ihnen haben weder genügend intellektuelle noch spirituelle Reife; viele sind halbgare, selbsternannte Meister.

Sie übernehmen einfach Begriffe und Gebärden des Zen und Buddhismus ohne Erwachen und Realisierung. Die Anpassung und Verwurzelung des östlichen Zen in westlicher Erde, ebenso wie die Konfrontation des Buddhismus in der modernen und postmodernen Welt stellt viele Fragen und wir können hier nicht weiter darauf eingehen. Jedoch, das Herz der Zentradiation ist die Übertragung oder Autorisierung eines Zenmeisters und das wurde in der westlichen Welt sehr problematisch und fraglich, obwohl es auch immer im Osten umstritten war.

Ethik und Moral ergeben sich nicht zwangsläufig aus Erwachen und Erleuchtung. Aber ohne Ethik und Moral wird Erwachen destruktiv und dämonisch. Jedoch sich in erster Linie auf Ethik und soziale Aktionen auszurichten und dabei das Erwachen zu vernachlässigen ist ein Betrug am Zen. Wahrheit und Güte, beide müssen zusammengehalten werden. Wahrheit und Güte sind transzendental und doch sind sie eingebettet in Gesellschaft und Geschichte. Diese beiden Dimensionen zu realisieren sind unsere lebenslange Aufgabe und Berufung. „Integrität ist das Vertrauen in die eigene Verpflichtung, die Fähigkeit für etwas einzustehen und dabei die eigene Moral ohne bedeutsamen Kompromiss zu bewahren.“ (Stephen Gross, vgl. auch in Ch. 5). Ohne diese Integrität verlieren wir unsere Menschlichkeit. Viele haben Zen und Zen-Einrichtungen zur Reue für ihre

Pervertierung von Ethik und Moral und ihr früheres Fehlverhalten aufgerufen. Steven Heine beruft sich auf Tanabe Hajimes Konzeption von zange-do, „creativer Pfad der Reue“, um die Gefahr eines moralischen Relativismus in der Zentradiation der „formlosen Reue“ kritisch einzuschätzen. Er ruft zu einer „tiefgründigen Selbstkritik auf ... einem existentiellen Abmühen und einer Auseinandersetzung mit den eigenen falschen Handlungen, was für beide, die individuelle und die gemeinschaftlichen Ebene angewendet werden kann.“ (Steven Heine. Zen Skin, Zen Marrow: Will The Real Zen Buddhism Please Stand Up? 2008. pp. 170–171)

Hinsichtlich der Zentexte und der historischen Tatsachen ist Zen anders als das Christentum als solches nicht abhängig von schriftlich überlieferter Geschichte, Tatsachen und Überzeugungen. Zenvision und Erwachen transzendiert Geschichte und Fakten, aber selbstverständlich müssen sie in der Geschichte verwirklicht und in der Welt gelebt werden. Des weiteren ist Zen im Buddhismus verwurzelt, hat aber seine eigene einzigartige Vision und Praxis; neben seinen buddhistischen Wurzeln, hat sich Zen großzügig etwas von verschiedenen Traditionen geborgt, gerade daher wird es zugleich eines häretischen Buddhismus beschuldigt. Der Buddhismus an sich hat viele verschiedene Formen angenommen, von einer Form der negativen Weltabkehrung bis zu einer positiven Form der Welt- und Selbstbejahung. Buddhistische Sutren und Konzepte, wie gegenseitige Abhängigkeit, Karma, Nicht-Selbst, Vergänglichkeit, Nichtverhaftung und so weiter sind auch im Zen wesentlich; aber sehr häufig werden diese von Buddhisten und Zenlehrern in Bereichen von

Argumentation und Analyse angewendet; sie vergessen, dass Erwachen und Nirwana diskontinuierlich sind mit – darüber hinausgehen oder transzendieren – logischen Begründungen und empirischen Fakten.

Zen ist gegründet in menschlicher Beziehung – Meister-Schüler Beziehung und ebenso in der Sangha. Daher ist es nicht zu trennen von Formen der Übung, von Methoden, Riten, Symbolen, Konzepten und Strukturen. All dies dient der Zen-Vision und der Erkenntnis. Dennoch ist Zen-Vision keine umfassende Weltanschauung und keine komplette Vision der Welt als solcher. Der Zenweg ist ein Weg der Befreiung von allen Anhaftungen und Ideologien, speziell von Anhaftungen an Ideen über das Selbst, die Welt und der Realität. Zen als eine Form des Mahayana-Buddhismus benutzt alle Möglichkeiten und Wege die verfügbar sind, um dieses Ziel zu erreichen. – Es ist die Methode von upaya (upaya = Methode als Geschick). Das ist die Bedeutung von „Töte den Buddha, wenn du ihn unterwegs triffst.“ Es ist ähnlich wie bei Meister Eckharts Gebet zu Gott, dass er Gott abgeben möge! Alle Mittel und Ideen, ob christlich, buddhistisch oder weltlich, alles wird zum Mahlgut für diese Mühle von upaya.

Doch eine solche Befreiung ist unter anderem noch nicht das letztendliche Ziel; Der Zenweg dient dazu, das unbeschreibliche Mysterium von Selbst, Welt und Realität zu erkennen – das ist das Erwachen zur Leere. Es ist ein Geschehen von Erkenntnis – Selbst-Erkenntnis. Erkenntnis ist nicht getrennt von Sprache und Symbolen – Erkenntnis tritt in Erscheinung in Sprache – aber es kann nicht reduziert werden auf ein Spiel von Sprache: Über-

zeugungen und Lehren, historischen Wahrheiten, soziologischen und kulturellen Auslegungen oder logischen Analysen, all diese sind sekundär, bestenfalls klärend und unterstützend. Authentisches Erwachen verwirklicht sich im täglichen Leben, im eigenen Zurückkommen zum Marktplatz mit leeren Händen des Mitgefühls: „Alltäglicher Geist ist der Weg.“

Zen ist religiös. Zen Buddhismus ist selbstverständlich eine Religion und Institution mit vielen Schulen und Zweigen, mit allem was zu einer solchen Institution gehört. Der Zenweg und die Zenpraxis ist ein religiöser, oder besser gesagt ein spiritueller Weg; der Zenweg ist jedoch im Zen-Buddhismus verwurzelt, genauer gesagt im Mahayana-Buddhismus. (Der Kürze wegen benutze ich das Wort Zen, um auf den Zenweg oder auf die Übung hinzudeuten.) Zen ist bis heute, wie auch seit Beginn seiner Geschichte in gegenseitigem Austausch und im Dialog mit modernen Kulturen und Traditionen der Psychologie, Therapie, Philosophie und darüber hinaus mit dem Christentum. Heutzutage kann keine Religion getrennt und alleine stehen ohne gegenseitigen Austausch und Dialog mit anderen Religionen und moderner Wissenschaft. Jede Reli-

gion ist eine alles umfassende Weltanschauung oder Weltsicht, ist ganz und absolut, und sie wird die Welt und das Leben in ihren eigenen Begriffen und Vorstellungen deuten; dennoch ist heute jede durch die anderen herausgefordert, hat einen Dialog zu führen und von anderen zu lernen. Zen ist keine Ausnahme. Das heutige Zen hat vieles in sich aufgenommen aus der moderneren Psychologie und Philosophie, ebenso wie aus der christlichen Spiritualität.

Zen und Christentum haben voneinander zu lernen und zur gleichen Zeit müssen beide sich treu bleiben und auf eigenen Füßen stehen, sozusagen. Meine Vision und meine Zenlehre stehen in kreativer Treue zur authentischen Tradition und wahrhaftig zum Herz-Geist; Zur gleichen Zeit wurde es durch die christliche Spiritualität, Philosophie, Psychologie und Hermeneutik als solche bereichert. Jede spirituelle oder religiöse Tradition muss, um kreativ und lebendig zu sein, ständig lernen und sich verwandeln, ohne ihren authentischen Kern und ihre Vision einzubüßen. „In einer höheren Welt ist es anders; aber hier unten ist Leben Veränderung und Vollkommenheit bedingt häufige Veränderung“, nach den Worten von Henry Newman.



Pieter Breughel (der Ältere) das Gleichnis von den Blinden (Mt 15,12-14)

2. Folge von Texten aus

Sheng Yen, Fußspuren im Schnee

(J. Kamphausen Verlag, Bielefeld 2009)

Susanne Schaup

Diese Textabschnitte beleuchten wesentliche Grundsätze des Chan, wie der Autor sie seinen Schülern vermittelte, und die Bedeutung von „Bitteres essen“ und körperlicher Arbeit für die Praxis.

Susanne Schaup

* * *

Als ich meinen Umzug nach New York in die Wege leitete, wurde mir klar, dass ich mein Leben der Lehre des Chan-Buddhismus widmen wollte. Ich fasste diesen Entschluss, weil ich gehört und gelesen hatte, daß der Westen Wert darauf legt, den Buddhismus im täglichen Leben anwenden zu können. ...

Meine ersten Weihen hatte ich in einem Chan-Kloster erhalten. Ich hatte zwar verschiedene buddhistische Schulen des Denkens studiert, doch immer aus der Perspektive eines Chan-Lehrers, der zu verstehen sucht, wie diese Texte für die Praxis hilfreich sein können.

Gelehrte, die ohne Kenntnis des Chan die Theorien der verschiedenen buddhistischen Schulen meistern, werden immer Akademiker ohne nachhaltigen Einfluss bleiben. Warum ist das so? Weil ihnen die Klarheit des Geistes fehlen würde; weil sie nicht imstande wären, das Selbst loszulassen und ihren eigenen Standpunkt zu relativieren; und letztlich, weil sie Menschen mit einer anderen Sichtweise nicht gelten lassen würden.

Wer mit Chan vertraut ist, toleriert alle Menschen und macht zwischen sich und anderen keinen Unterschied. Solche Men-

schen können jeden annehmen und sich jeder Umgebung anpassen. Sie haben keine doktrinäre Vorstellung, was Chan zu sein hat. Sie laufen nicht herum und sagen: „Das ist Chan, oder das ist nicht Chan.“ In der Überlieferung gibt es nichts, was Chan von anderen Dingen abgrenzen würde. Manche Buddhisten sprechen von einem „nicht-buddhistischen Pfad“, aber im Chan gibt es so etwas nicht. Chan geht über alle Abgrenzungen und Schranken hinaus. In meinen Augen unterscheiden die Anhänger anderer Religionen sich nicht von mir. Wie ich esse, essen auch sie. Wie ich schlafe, schlafen auch sie. Es gibt keine Unterscheidung.

Um ein wirklicher Chan-Meister zu werden, muss man mit sehr dürftigen materiellen Bedingungen und harter Arbeit beginnen. Der Berg des Wolfes, das Kloster, in dem ich Mönch wurde, war ausgesprochen wohlhabend und hatte zahlreiche Gönner. Doch die jungen Mönche, die in diesem Kloster geweiht wurden, machten eine dreijährige Schulung durch, in der sie auch Hausarbeiten verrichten mussten. Sie mussten alles können, was eine Hausfrau tut: putzen, Gemüse anbauen, Kleider und Schuhe nähen und Essen kochen. Das Einzige, was sie nicht lernen können, ist, ein Kind zu kriegen.

Das Ziel war, die Mönche zur Demut zu erziehen und auf andere, die körperliche Arbeit verrichten, nicht herabzusehen. Mönche müssen auch dar-

auf vorbereitet werden, an Orte zu gehen, wo sie keine Anhänger haben. Handarbeit ist für Schüler außerdem eine hilfreiche Methode, den Geist zu festigen und umherschweifende Gedanken auszuschalten. Das mönchische Leben ist schwierig, wenn man ständig an den eigenen Verlust und Gewinn, an das eigene Selbst denkt. Wer seinen Geist nicht zur Ruhe bringen kann, wird leiden. Mit einem gelassenen Geist dagegen ist das mönchische Leben einfach.

Im Kanon des Chan-Buddhismus gibt es viele wunderbare Geschichten von Mönchen, die in ihrer Schulung „Bitteres essen“ oder schwere, niedrige Arbeiten verrichten müssen. In einer Geschichte aus der Tang-Dynastie im 9. Jahrhundert wird von einem jungen Schüler berichtet, der zu Meister „Vogelnest“... kam, um den Dharma zu studieren. Der Meister hauste auf einem Baum, und der Schüler lebte auf dem Boden, brachte ihm Wasser und erledigte Botengänge für ihn. Der Schüler wollte Chan lernen, um Erleuchtung zu erlangen. Sechs Jahre lehrte der Meister ihn nichts über den Dharma und ließ ihn nur Botengänge verrichten. Schließlich verlor der Gehilfe den Mut und erklärte dem Meister eines Tages, dass er fortgehen müsse.

„Warum musst du fortgehen?“ fragte der Meister.

„Ich bin hierher gekommen, um Dharma zu lernen“, antwortete der Schüler, „aber ich habe nur Botengänge gemacht. Ich habe nichts über den Dharma gelernt, der nötig ist, um Erleuchtung zu erlangen. So will ich jetzt fortgehen, damit ich einen anderen gelehrten Freund finde, der mich lehren kann, was ich wissen muss.“

„Nun ja“, sagte der Meister, „hier habe ich ein wenig Dharma für dich“, zog gemäch-

lich einen losen Faden aus seinem Gewand und blies ihn fort. In diesem Augenblick wurde der Schüler erleuchtet.

(Einige New Yorker Schüler Sheng Yens praktizierten Kung-fu, hatten aber noch nicht den rechten Begriff, worum es in dieser „Kriegskunst“ eigentlich geht. Sheng Yen erklärte es einem von ihnen:)

„Auf der höchsten Stufe der Kriegskunst gebraucht man keine Waffen oder Gebärden“, erklärte ich ihm. „Wenn der andere dich angreift, musst du dein Ichgefühl loslassen. Dann wird

dein Gegner nicht wissen, wie er dich angreifen soll. Warum? Weil er nicht weiß, wo er dich angreifen soll. Das ist die Lehre des Nicht-Ich, Nicht-Geist. Wenn du ein Ich hast, wenn du versuchst, anzugreifen oder dich zu verteidigen, wird dein Gegner den Schwachpunkt deiner Verteidigung herausfinden und ausnützen. Wenn du kein Ich hast, wenn du nichts zu verteidigen und keinen Standort hast, von dem aus du angreifst, gibt es keinen Schwachpunkt, den dein Gegner entdecken und ausnützen könnte.“

Frank und seine Freunde hörten gebannt zu. Sie schworen

sich zu üben, bis sie diese Stufe erreicht hätten.

„Dazu müsst ihr aber zuerst eure Chan-Praxis vervollkommen“, sagte ich ihnen.

Chan betont den unmittelbaren Vorstoß ins Herz der Dinge. Dies mit Worten zu tun ist so, als würde man sich mit angezogenen Schuhen kratzen, wenn einen der Fuß juckt. Das Ziel besteht darin, die Schüler anzuleiten, zu ihrer eigenen Verwirklichung zu finden. Es ist ihre Sache, ihren wahren Geist jenseits von Worten und sprachlichem Ausdruck zu verwirklichen.

Berlin sagt DANKE

Abschied vom Haus der Stille – Die Dielen hatten aber ihre eigene Sprache!

2009: Zum 14. und letzten Sesshin versammelte sich eine kleine Schar, um sich unter Karls Leitung im ZAZEN zu üben. Im Laufe der Jahre waren es an die 100 Teilnehmer, und obwohl sich aus den „Setzlingen“ keine Übungsgruppe entwickelte, traf sich ein fester Kern gerne und regelmäßig einmal im Herbst zu „Sitzen – Samu – Abendbrot“ in Stille und Schweigen.

Diese Stille war ungewöhnlich und unheimlich, so dass einmal ein Wildschwein zu uns durch den kleinen Wannensee geschwommen kam, um neugierig nachzuschauen.

Die Überraschung am letzten Abend war voll gelungen. Wir hatten mit Olaf ein Lied eingeübt und sangen aus vollen Herzen.

Hine matov uma naim

Kanon

① *d* *B* *C* *d* *a⁷* *F* *d*

1. Hi - ne ma - tov u - ma na - im she - vet a - chim gam ja - chad.
2. Sie - he, wie gut und wie schön, wenn Men - schen in Ein - tracht le - ben.
3. Wie mit dem Va - ter du eins bist, sol - len in dir wir eins sein.

② *d* *B* *C* *d* *a⁷* *F* *d*

Hi - ne ma - tov she - vet a - chim gam ja - chad.
Ih - nen wird der Herr Se - gen in Fül - le ge - ben.
Herr, wir bit - ten dich, führ und den Weg zur Ein - heit.

Als Abschiedsgeschenk bekam Karl von der Gruppe die neue Ausgabe des Shobogenzo, eine schöne Möglichkeit, beim Lesen immer wieder an uns zu denken.

Ein besonderer Dank gilt Cornel Christoffel, der Karl nach Berlin lockte.

Das Neujahrs-Sesshin hatte das schöne Motto „Verbundenheit“, und das wünschen wir Berliner uns auch für die Zukunft mit Karl und allen Zen-Freunden von nah und fern.

Irene und Klaus Winkler

Shobogenzo, G.W. Nishijima, Übersetzung Ritsunen Gabriele Linnebach, Werner Kriskeitz Verlag, ISBN 978-3-921508-90-9 (Band1)

ZEN Schatzkammer: Einführung in Dogens Shobogenzo von Yudo J. Seggelke von Dona-Verlag, ISBN-13: 978-3941380011 (Band1)

„Ich bin ein winziges Körnchen Wahrheit mitten in einem riesigen Haufen Fragwürdigkeit“

von Sabine Klar

Manchmal kommen mir solche Sätze ganz von alleine ins Hirn und wirken dann noch lange weiter. Dieses Mal hatte ich das Glück, diese Wirkung bei zwei Sesshin unmittelbar hintereinander erleben zu dürfen – bei dem ganz neuen von Henry und Eva in Altenburg und bei dem nunmehr zwar schon gewohnten Neujahrssesshin mit Karl, das neuerdings aber wieder in St. Gabriel stattfindet. Bevor ich nach Altenburg kam, ging es mir persönlich eher schlecht. Alles mögliche, mir sehr Wichtige schien in die Brüche zu gehen und ich war müde und traurig. Doch der Satz in meinem Hirn tat auf irgendeine Weise gut. Ich konnte mich mit jedem Atemzug in diesen Kern zurückziehen, der in meiner Vorstellung immer kleiner wurde, bis er mir schließlich wirklich wie ein Senfkorn erschien. Ich wollte heraus aus all dem Unwesentlichen und Wesenlosen. Der Haufen ist „Welt“ und „Ichen“ zugleich – ich wollte alles loslassen, was ich meine nötig zu haben oder unbedingt zu brauchen, was mir diese Qual bereitet und mich um seinen Verlust fürchten lässt. Ich wollte einverstanden sein mit dem, was halt passiert und was ich nicht beeinflussen kann. Die Liebe, die aus diesem Kern hervor strahlt – die wird dann endlich gut tun und Gutes bewirken, das weiß ich. Evas Skulpturen taten das Ihrige dazu – „die Frau“ ganz oben auf dem Hügel, die sich „die Apokalyptische“ nennen lassen muss, damit sie das Klosterleben nicht stört und da sein darf mit ihrer ganzen Offenheit und Bereitschaft. Und tief unter ihr „der Ijob“ in seiner Einsamkeit und Verzweiflung. Ich kenne beide und denke, dass sie ver-

bunden sind als die zwei Seiten derselben Hingabe an das Leben. Am Ende des Weges, am aller-tiefsten Grund steht dann nicht der Tod, sondern „der Wächter“. Das ist tröstlich. Henry hat in einem Teisho darauf hingewiesen und gemeint, deshalb müssen wir keine Angst haben. Das Ausatmen mündet in eine Leere, die zugleich Fülle ist. Die in Körpern geformten Menschen, die ich nicht loslassen will, weil ich sie so sehr liebe, kann ich nur loslassen, weil ich sie liebe, kann ich nur lieben, wenn ich sie loslasse. Es gilt immer alles gleichermaßen und der Widerspruch ist Illusion. In dem winzigen Körnchen, das in mir übrig bleibt, wenn ich gar nichts mehr vermag, ist eine ganze Welt verborgen. Beim Sitzen in Altenburg konnte ich nichts anderes finden als diesen Rest und war froh, dass er so klein ist, denn das vermittelt mir Sicherheit. Es wartet dort auf mich. Immer. Es brennt und leuchtet, wenn ich da hineingehe, und weitet sich manchmal zu einem riesigen Raum.

Als ich zum Neujahrssesshin kam, war von diesem Raum nichts mehr zu spüren und selbst das Körnchen schien bloß noch Erinnerung zu sein. So bleibt nun gar nichts mehr außer dem Sitzen und Atmen, das immer selbstverständlicher wird und nichts Besonderes mehr ist – und so ist es ja auch gut, wie ich gelernt habe. Wie so oft passt das Thema genau zu meiner Lage. Verbundenheit? Das ist mir wahrscheinlich das Wichtigste im Leben und gleichzeitig das, woran ich am meisten zweifle, das, wo ich den größten Unsinn anstelle, wenn ich es krampfhaft

zu erhalten suche. Es wird mir immer dort geschenkt, wo ich mich nicht darum bemühe, weil ich Vertrauen habe. Und es wird mir anscheinend immer dann genommen, wenn ich voller Misstrauen beginne, fragwürdige Haufen Sicherheit zu errichten, um es mir zu erhalten. Die Gesichter geliebter Menschen entschwinden genau dann, wenn ich mich besonders nach ihnen sehne, und andere Gesichter tauchen auf, die mir noch Angst und Misstrauen bereiten, weil ich mich erst mit ihnen vertraut machen muss. Und im Hintergrund des ganzen Geschehens ist ein Gesicht, das ich nicht sehe, aber bis ins Herz hinein spüre und das mich anschaut. Es sagt, dass es in allem ganz tief drinnen ist und es liebt. Und es will, dass ich begreife, dass ich sonst nichts nötig habe. Ich bin für die geliebten Menschen nicht da um sie zu brauchen, sondern um mich ihnen zu schenken. Auch die Sehnsucht nach ihnen, das offene Herz, ist ein Geschenk. Es macht das Gesicht sichtbar und erlebbar. In dieses Gesicht zu fallen, lässt ruhig werden und weich und es stillt das brennende Verlangen. Das Schöne ist, dass ich alle Menschen darin wiederfinde, sogar mich selbst. Und dass mich die Gesichter aller Menschen daran erinnern können, wenn ich nur offen und weit und vertrauensvoll genug und so wenig heilig wie nur irgendwie möglich bin. Letzteres zumindest fällt mir leicht, denn ich bin ein Viech, ein „Gfrast“, wie man wienerisch sagt. Und wenn ich mich daran erinnere, weiß ich mich verbunden mit allen beseelten Wesen dieser Welt und freue mich daran.

Ansonsten bin ich mit Veränderung konfrontiert. Ich vermisse den Park in Wiener Neustadt mit seinem zuweilen zugefrorenen

Teich und den vielen Kanälen voller Wasser. Ich vermisse sogar die mühsame Schiebetür in den Garten und das Geräusch des Speiseaufzugs. Dafür bin ich konfrontiert mit Neuem – Schritten auf der Treppe, die in die Stille des Sitzens dringen, ein anderer Boden, um darauf zu gehen, andere Bäume, ein Klo am Gang, eine Kapelle. Die Sesshin, die ich schon erlebt habe, vermischen sich genauso wie die Gesichter der Menschen, die ich mag. Die Albträume, die mich diesmal begleiten, konfrontieren mich mit dem, wovor ich mich am meisten fürchte. Ich werde in vier Wochen am selben Ort ein Seminar über Angst, Liebe und Vertrauen halten, was meine Gedanken zu beschäftigen scheint. Bilder schieben sich übereinander – erlebte Realität und Vorstellung, wie es sein wird. Und wieder ein Haufen Fragwürdigkeit, denn ich muss meine Freizeit nutzen, um einen Vortragstext von sechzig auf zwanzig Seiten zu kürzen und deshalb vieles streichen, was mir wichtig schien. Außerdem habe ich selbst Angst, vielleicht mehr als die Leute, die zu mir kommen werden. Das Gesicht, das die Gesichter aller beseelten Wesen ist, lacht darüber und meint, das sei nicht so schlimm. Ich brauche die Angst, um zur Liebe zu gelangen. Ich brauche den Haufen Fragwürdigkeit, um das Körnchen Wahrheit zu entdecken. Ich brauche die ewige Wiederkehr des Misstrauens, um ganz langsam zu begreifen, dass ich allem vertrauen kann, sogar der Veränderung – ja vielleicht sogar mir selbst mit meinen mühsamen Versuchen, das Einfachste des Einfachen zu tun: zu sitzen und zu atmen.

Weil ich diesem Vertrauen nachgeben will, schreibe ich euch trotz meiner Angst, mich damit lächerlich zu machen,

auch noch den folgenden Text dazu, der all das zusammenfasst. Wenn man will, kann man ihn als eine Art Gebet betrachten.

Ich atme ein und aus und bin ein Kind. Ich atme ein und aus und bin ein Tier. Ich atme ein und aus und sitze hier und sehe alle diese Wesen wandern, durch Landschaften und Wüsten ihres Lebens ziehen. Ich atme ein und aus und bin ich selbst. Des Nachts geh ich hinaus, um dann im Regen lang zu sitzen. Mein Atem mischt sich mit dem Wind, ich fühl mich warm und arm an Last, unschuldig, leicht, bedeutungslos und lausche in die Welt hinein, die meine ist. Kalt ist sie, stürmisch, wunderbar – ein wildes Ding, das ich nicht zähmen kann und zähmen will. Ich fürchte mich und rufe diesen Gott, der Welten in den Händen hält – so sagt man. Und merke, dass sie mich verlacht, die Welt. Gibt es da draußen nichts im Sturm? Bin ich allein? „Ich bin doch da“, so sagt die Welt zu mir, „du bist mein kleines gott und wirst es immer sein. Du kannst dir selbst ein Feuer machen, das dir die Wärme und die Kraft erhält, die du halt brauchst, um mich zu schaffen.“

Ich möcht ein Mensch sein, stark und warm und weich, in aller meiner Löwenpracht den Regen und den Sturm mir Mark und Bein und rote Hitze diesen Leib durchdringen lassen. Das hüllt mich dann in Frieden ein. Vielleicht beginn ich auch zu schweigen, um in der Stille genau zu hören, was sie sagt und singt und seufzt, die Welt – was untergeht in all dem Jubel, all den Qualen meiner Lust und meiner Pein. Ich möchte fliehn an einen Ort, wo Glücksmomente in den Ritzen wohnen und Sonnenflecken müde, alte Rücken wärmen, wo ich ein kleines Viech sein darf auf meiner Wie-

se. Ich möchte all das warme Leben, das ich dort finde, in großen Mengen heimwärts tragen, damit es strömt in diese kargen Betten trockner Flüsse, die noch erzählen von alten Kräften in unserm Land.

Ich schließe meinen Mund – und schlucke meine Leidenschaft, lass sie von innen her mein Herz entflammen, sodass dann nur die sanfte Ofenwärme lockt und nicht das Feuer. Ich will so hell sein wie der Morgenhimmel über mir, ein Licht, das Sternenmeere schamvoll birgt – im frischen Windhauch dann die leichte Hand der Freundschaft bieten, auf meinen Lippen bloß die stille Neigung, die sich nicht wichtig gibt. Und aus der Kraft der leisen Liebe in meine Welt dann schauen und Gräser sehn und Blumen, die kleine Falte dort auf einer Stirn und Hände, die sich sanft bewegen – will Regen spüren, Tönen lauschen. Das Strahlen nah an meinem Herzen vereinigt mich mit allem Leben rings umher – ein Rücken, der nach Wärme sucht im Fiebertraum, zwei Füße, Haut, ein Atemhauch, die Fliege an der Wand und kleine Moose in Trompetenform, die Wellen auf dem See, die glitzernd Muster malen im Spiel mit Wind und Sonne. Dann leg ich mir den Schleier um mein Haupt und beuge mich, will arm sein und gehorsam, keusch, mit offenen Händen, Weib und Kind zugleich ...

... und nehm ihn wieder ab, weil das der Schnee von gestern ist, der auch bald stirbt. Ich weiß doch schon, dass es der Mut ist, der mir helfen wird. Aufrecht zu stehn im Zentrum meiner eignen Welt und furchtlos voll Vertrauen dem entgegengehn, was sie mit ihrem Spiel mir dann bereitet, was ihr gefällt.



Kleine Schritte

von Else Macho

Wir gehen mit kleinen Schritten einfach weiter. Ich danke hier allen, die sich auf irgendeine Weise Gedanken gemacht haben, wie es mit einem eigenen Haus ausschauen könnte. Das große Angebot, dass irgendjemand eine Tante hat, die nicht weiß, was sie mit Ihrer Villa machen soll, die mitten im Grünen am Stephansplatz steht, blieb aus. Aber viele fanden die Idee, sich mal auf einige Tagen zurückziehen zu können, Gelegenheit zum Meditieren zu haben und auch noch Zeit für etwas anderes, sehr gut. Ich bekam den Rat, vor allem kleine Schritte zu überlegen und zu schauen, wo uns etwas angeboten wird, wo wir vielleicht etwas wachsen lassen können. Es bietet sich eine Möglichkeit in Marienkron an. Seit gut einem halben Jahr kooperiert das Kurhaus Marienkron mit der Vinzenz-Gruppe. Nach einer anfänglich schweren Zeit geht es jetzt ans Aufbauen. Es gab ein sehr gutes Gespräch mit der neuen Geschäftsführerin, Frau Doris Neger. Sie freute sich, dass Karl Obermayer nächstes Jahr wieder ein Sesshin im Sommer dort anbietet und auch, dass ich mich bereit erklärt habe, vier Mal im Jahr wieder ein Zen-Seminar dort zu begleiten. Angeboten wurde, dass für diese Woche neun Klausenzimmer zur Verfügung stehen, die pro Person und Tag mit Vollpension €9,- kosten werden. Sind neun bis zehn Anmeldungen, dann gibt es außerdem zehn Prozent als sogenannten „Gruppenrabatt“. Als Kurgast bezahlt man für das anschließenden Zazenkai nicht noch einmal extra. Selbstverständlich kann man auch eine bessere Zimmerkategorie wählen.

Wie schaut nun so eine Woche aus? Am ersten Tag um 16.00 Uhr fangen die „Zentage“, so möchte ich sie gerne nennen, mit einer Einführung an. Es gibt dann in den folgenden Tagen je fünf Stunden, die man der Meditation widmen kann. Zusätzlich bleibt Zeit für andere Sachen, welche auch immer. Es gibt Zeiten des Schweigens und Zeiten des Redens. Außerdem, so habe ich es mit dem Haus ausgemacht, kann man auch nur einzelne Tage teilnehmen, z. B. kann man früher zum Zazenkai kommen.

In den vergangenen zwei Jahren hat es sieben Mal so eine Woche gegeben. Es ist eine besondere Herausforderung, in einem solchen Wechsel zu stehen, und eine sehr gute Praxis, wobei man sich auch selber einbringen kann und soll. Es nehmen an diesen Tagen auch Tagesgäste teil, die nichts zahlen müssen, solange sie keine anderen Leistungen des Hauses in Anspruch nehmen.

Der erste Termin ist Montag, 15. Februar 2010, 16:00 Uhr bis Freitag, 19. Februar 2010, 21:00 Uhr. Anschließend am Samstag, 20. Februar, ist Zazenkai mit Karl Obermayer.

Anmeldungen sowohl bei mir unter Tel. +43 1 350 60 78 als auch in Marienkron unter Tel. +43 2173 80205 Kl. 43 oder 45.

Mit diesem Mogen erhalten Sie auch wieder unser Jahresprogramm, als PDF-Datei auch auf unserer Homepage zum Herunterladen.

Die Wege und die Begegnungen (Hugo von Hofmannsthal)

Es ist sicher, daß das Gehen und das Suchen und das Begegnen irgendwie zu den Geheimnissen des Eros gehören. Es ist sicher, daß wir auf unsrem gewundenen Wege nicht bloß von unsren Taten nach vorwärts gestoßen werden, sondern immer gelockt von etwas, das scheinbar immer irgendwo auf uns wartet und immer verhüllt ist. Es ist etwas von Liebesbegier, von Neugierde der Liebe in unsrem Vorwärtsgen, auch dann, wenn wir die Einsamkeit des Waldes suchen, oder die Stille der hohen Berge, oder einen leeren Strand, an dem wie eine silberne Franse das Meer leise rauschend zergeht. Allen einsamen Begegnungen ist etwas sehr Süßes beigemischt, und wäre es nur die Begegnung mit einem einsam stehenden großen Baum, oder die Begegnung mit einem Tier des Waldes, das lautlos anhält und aus dem Dunkel her auf uns äugt. Mich dünkt, es ist nicht die Umarmung, sondern die Begegnung die eigentliche entscheidende erotische Pantomime. Es ist in keinem Augenblick das Sinnliche so seelenhaft, das Seelenhafte so sinnlich, als in der Begegnung. Hier ist ein Zueinandertrachten noch ohne Begierde, eine naive Beimischung von Zutraulichkeit und Scheu. Hier ist das Reihafte, das Vogelhafte, das Tierischdumpe, das Engelsreine, das Göttliche. Ein Gruß ist etwas Grenzenloses. Dante datiert sein „Neues Leben“ von einem Gruß, der ihm zuteil geworden. Wunderbar ist der Schrei des großen Vogels, der seltsame, einsame, vorweltliche Laut im Morgengrauen von der höchsten Tanne, dem irgendwo die Henne lauscht. Dies Irgendwo, dies Unbestimmte und doch leidenschaftlich Begehrende, dies Schreien des Fremden nach der Fremden ist das Gewaltige. Die Begegnung verspricht mehr, als die Umarmung halten kann. Sie scheint, wenn ich so sagen darf, einer höheren Ordnung der Dinge anzugehören, jener, nach der die Sterne sich bewegen und die Gedanken einander befruchten.

Impressum: **Herausgeber:** Zendo Wien 5. **Sanghabrief:** „Mu-gen“ **Verantwortlich:** Kinder Helmut, Else Macho.

✉: Else Macho, Schönbrunnerstr. 32/26 A-1050 Wien ☎: 01 /350 60 78 **E-Mail:** elisabeth.macho@gmail.com

✉: Helmut Kinder, Linke Wienzeile 94/25 A-1060 Wien ☎: 01 /945 96 74 **E-Mail:** helmut.kinder@chello.at