

Liebe Freundinnen und Freunde!

Es gibt eine Art zu leben, in der der Mensch zwischen Nehmen und Ablehnen durch das Leben schwankt. Gibt es überhaupt eine Wahl-möglichkeit oder verläuft das Leben ohne Wahl?

Das Leben ist da und ist ohne Wahl.

Dennoch, unser Ego meint, wählen zu können. Das Ego kann denken, erleben, kann in der Vergangenheit weilen, die Gegenwart wahrnehmen und sich die Zukunft ausmalen. Das Ego hat seinen Platz im Leben. Dieser Platz hat Bedeutung. Das heutige, tägliche Leben kann nicht existieren ohne die Funktion des Ego. Eine Lebensordnung und Kultur käme nicht zustande.

Kann das Ego aus sich existieren, oder ist das Ego die Folge von etwas, welches ihm die Möglichkeit seiner Existenz gibt?

Die Frage ist bedeutsam.

Das Ego kann existent sein, weil das Leben selbst durch die körperliche Existenz dem Ego die Möglichkeit dazu gibt. Das Ego ist eine abhängige Existenz, abhängig von etwas Größerem. Das Ego trägt meinen Namen. Es hat ein Schicksal. Es hat Abhängigkeiten. Es kommt mit der Geburt und hat sein Ende im Tod.

Und wo ist das Größere?

In der Geburt setzt sich das Lebendige fort, welches durch Mutter und Vater da ist. Das Lebendige setzt sich durch Kinder fort. Das Lebendige in der Form der menschlichen Gestalt kommt aus der nicht erfassbaren Zeit durch unsere Eltern und endet nicht mit unserem Tod. Der Fluss des Lebens hat seine Quelle weit vor uns und fließt weiter über uns hinaus. Das Lebendige ist nicht auf die menschliche Existenz beschränkt. Überall um uns herum ist Leben, Pflanzen, Tiere, Erde, Sonne, Mond und das ganze Weltall. Das Ego hat seine zeitliche Begrenzung, es hat mein Alter und ist auf meine Person ausgerichtet. Die menschliche Existenz ist zeitlos, während das Ego zeitlich von Geburt und Tod bestimmt ist. Das Ego ist abhängig und hat keinen eigenen Bestand.

Hier beginnt etwas, was aus dieser Eigenart resultiert. Das Ego hat eine Art entwickelt, welches auf Abwege führt. Es meint, eine eigene Existenz zu haben. Bleibt das Ego mit seinem Wirken gesammelt im großen Sein, ist es ruhig und sicher. Mit der Entfernung wächst Unruhe und Unsicherheit. Es entsteht Hass, Neid und Not. Ich kann das Ego mit einer Hand vergleichen. Sie kann für das Leben Gutes tun und kann auch dem Leben Schaden zufügen.

Das Ego ist versucht, dem eigentlichen, unverrückbaren Leben sein Maß zu geben, dann ist es vermessen.

Das Ego missachtet die Eigenart des lebendigen Lebens, dann ist es überheblich.

Das Ego scheut die Wahrheit des Lebens und verkleidet sich mit Scheinbaren, dann ist es stolz.

Das Ego scheut das Eingeständnis, auf einem Abweg zu sein, macht andere verantwortlich und wird dadurch schuldig.

Wie kann ein Mensch zur Einsicht kommen?

Die Lebendigkeit des Lebens zeigt sich in meiner Gestalt. Dort liegt die Lösung. Um die Funktion des Ego zur Ruhe zu bringen, setze ich mich an einen geschützten Platz. Das Denken lasse ich zur Ruhe kommen. Der Körper sitzt und ich empfinde das Aus- und Einfließen des Atems.

Das gelingt nicht so ohne weiteres. Die Unruhe dominiert und das lange Sitzen fällt schwer. Aber eines Tages wird es ruhig und klar in mir. Alle Vorstellungen, Wünsche, Gedanken und Bilder haben sich aufgelöst. Was da ist, ist das Sitzen und das Atmen. Der Körper mit seiner inneren, aufrichtenden Haltung wird ganz lebendig. Das Sitzen erfolgt aus sich selbst und die Schwere geht verloren. Ich unternehme von mir aus nichts. Die ungestörte Anwesenheit der Lebendigkeit ist als Leere da. Alles andere ist verloren gegangen. Die Form meines Körpers gestaltet sich in der Leere. Hier ist die Quelle des Seins. Sie erschließt sich nicht meinem Verstand.

Ich lebe so, ohne die Mitwirkung der Egofunktion. Es zeigt sich, das Leben hat eine eigene Quelle. Aus dieser Quelle formt sich das Leben, formt sich alles, was lebt. Das Leben bleibt mir unbekannt. Mein Ego erwacht zu einem neuen Leben. In mir ist die geistige Kraft der Achtsamkeit erwacht. Ich kann schauen. Die Funktion des Ego ist dann nicht mehr unbewusst. Ich kann sie durchschauen.

Meine Schilderung zeigt den Verlauf der Zenmeditation und ihre Frucht.

Was zum Vorschein kommt:

Der Mensch ist ein geistiges Wesen mit allem, was er ist.

Wenn er so in sich erwacht, schwankt er nicht mehr zwischen Annehmen und Ablehnen durch sein Leben.

*Wenn wir aufwachen,
ist er schon da.
Wenn wir ihn rufen,
hören wir das Echo.
Wenn wir ihn suchen,
finden wir nichts.
Wenn wir nichts finden,
ist Er das Nichts, kein Bild, kein Wort.
Im Nichts liegt die Auferstehung und das Leben
und alles ruht in Ihm.*

Mit freundlichem Gruß *Klaus*