

Liebe Freundinnen und Freunde!

Was ist das Leben eigentlich ?

Es ist etwas Daseiendes. Es ist etwas Gesamtes mit allem, was lebt. Und alles, was da ist, lebt. Es lebt gemeinsam im Wesentlichen. Alles ist grenzenlos, gegenstandslos wesentlich. Wir sind von Natur aus wesentlich in der Gemeinschaft mit dem gesamten Universum. Das Wesentliche hat durch uns Form. Wir verkümmern in unserer Gestalt, sobald wir versuchen, uns vom Wesentlichen abzuwenden (ungesund).

Alles Wesentliche ist mit dem Erdboden direkt verbunden. Die Erde ist ein Teil im Gesamten, mit allem, was auf und in der Erde ist. So leben wir mit allen Menschen.

Nur dann leben wir vollkommen, wenn wir uns zur Erden orientieren und uns in der Gemeinschaft fühlen. Wir fühlen uns gesund und gelassen auf dem Boden der Erde, im Frieden mit dem Gesamten.

Mit den Füßen auf dem Boden richten wir uns auf und schauen zum Himmel. Damit finden wir auf dem Boden ruhend, der Erde, den Himmel. Auf dem Boden bleibend und zum Himmel gewendet, finden wir die Freiheit vom Boden und auch die Freiheit von Leib und Leben und empfinden uns ganz wesentlich.

Im Verlaufe der Zeit haben Menschen vor uns und auch wir uns vom Boden abgewendet und leben in Vorstellungen und Wünschen und den Bildern, die daraus entstehen. Dadurch wurde vor uns und auch bei uns das Lebensempfinden weniger und wir verlieren unsere Gesundheit oder die Vollkommenheit des Lebens. Unsere Gesundung erfolgt, sobald wir uns der Erde zuwenden und in der Gemeinschaft lebend, zum Himmel aufschauen können.

Alles dieses ist da. Wir haben verlernt, es zu sehen. Wir wenden uns in unserer Not an Menschen, die es können, um von ihnen zu übernehmen, wieder vollständig und gesund auf der Erde und unter den Menschen zu sein.

Dafür gibt es keinen Lehrer. Überall, wo wir hinschauen, finden wir die Wahrheit.

Und am Ende: wir sind immer schon ganz da, ohne Mühe. Es gibt nichts zu erreichen. Im Aufgeben der Bilder von Vorstellungen und Wünschen, finden wir uns im Guten und Wertvollen, in der Eigentlichkeit des Lebens.

Höheres, Wertvolleres gibt es nicht. Friede, Friede, Friede.

Das Vorbeschriebene lassen wir für sich unberührt bestehen, als Gültiges.

Ich beschreibe nun die Zenübung.

Bei der Zenübung sitzen wir in einer Gemeinschaft zusammen. Wir üben das Vorbeschriebene, weil es die Eigenart des Zen ist. Üblicherweise gehört dann ein Leiter der Übung dazu, schon deswegen, weil

er für die Ordnung zuständig ist. Für die Gruppe der Übenden bedarf es eines Verantwortlichen für die Ordnung und eines Menschen, der kaum etwas sagend, die Richtung weist, damit keiner in sich verschlossen bleibt oder sich auf dem Boden verirrt, ohne den Himmel zu finden. Ohne Ordnung geht es nicht. Die Übung kann dann darin bestehen, dass jeder in sich schaut, um alle Hindernisse loszuwerden und den Boden wieder zu empfinden, die Gemeinschaft zu realisieren und zu lernen, sich zum Himmel aufzurichten, ohne den Boden zu verlieren. Es gibt auch Menschen, die nur den Himmel möchten.

Ihr übt zunächst, indem ihr hinhört, was der Lehrer sagt. In der Weise übt ihr, bis ihr empfindet, dass der Lehrer ein Hindernis ist. In einigen Koans kommt das auch zum Ausdruck.

Dann braucht ihr überhaupt nicht mehr zu üben und ihr könnt auf den Lehrer verzichten. Lehrer und Schüler müssen sich so verhalten, dass der Lehrer sich vom Schüler und der Schüler sich vom Lehrer löst. Wenn dies nicht geschieht, bleibt das Lehrer-Schüler-Spiel ohne Ende.

Reifen wir dazu heran, ohne einer Lebenstheorie zu folgen und ohne es wissen zu wollen, dann sind wir mit allen Gestalten das unendlich wirkende Wesen, dann empfinden wir uns gemeinsam im Walten des Lebens, aus dem alles entsteht. Wir gehören zusammen und jeder übernimmt durch seine Art auch die Verantwortung für den anderen. Wir sind alle Eins, von einander abhängig, im gesamten Wirken des einen großen Lebens.

Wer das Ziel erreicht, sollte dennoch nicht aufhören, das Sitzen in Achtsamkeit zu üben, damit das Erreichte nicht abflacht und er weiterhin für die Gemeinschaft in guter Weise da sein kann.

Noch eine Anmerkung: Für die "Erleuchtung" ist jeder selbst zuständig und lebt bereits in der Erleuchtung, nur will er es noch nicht.

Gruß Klaus

Ich lasse die Welt
um mich,
wie sie ist.

So finde ich mich
und ruhe im Haus,
welches ich bin.