

Große Geburt

Vor Zeiten in einem Garten-Cafe wurde ich von jemandem gefragt, ob er einmal zu unseren Zazen-Treffen kommen könnte. Meine Gegenfrage: Wollen auch Sie sterben? Damit war das Thema erst einmal erledigt. Jahre später vertraute mir seine Frau an, dass ihr Mann durch meine Worte zutiefst betroffen war.

Raum

Zugegeben, meine Bemerkung damals war keine missionarische Werbekampagne. Heutzutage lade ich Fragende zu einer einstündigen Zazen-Einführung mit anschließender zweistündiger Meditation ein – dann wissen die meisten ungefähr, worum es geht, (und kommen eventuell nicht wieder).

Ohne

Beim Großen Tod im Zen geht es zwar um ein Sterben des gierigen, weil ängstlichen Ich. Ermöglicht wird aber ein freies Leben in der Welt, ohne mit ihr innerlich verstrickt zu sein. Prabhasa Dharma Roshi: Die now, live later.

Möbel

Wenn dagegen in spirituellen Kreisen von Großer Geburt die Rede ist, dann strahlen bei vielen die Augen und ein freudiges Lächeln huscht über ihr Gesicht – ohne zu wissen, dass Großer Tod und Große Geburt ein und dasselbe sind.

Ohne

Schon der Eintritt in unser jetziges Leben war ein höchst intensiver Vorgang, bei dem es um Verlassen und Zulassen ging. Und dies nicht nur für unsere Mütter.

Wände

Psychologen wissen: Als Embryo aus einem geschützten Raum durch den Geburtskanal getrieben und hilflos in einen freien Raum entlassen zu sein, kann noch später in Träumen nacherlebt werden.

Doch letztendlich sind wir aufgefangen in einem sozialen Umfeld, das uns ermöglicht, die Welt nicht nur unangenehm zu erleben.

Der gleiche Vorgang steht uns bevor, wenn wir uns in der Midlife-Crisis fragen: „Ja, und?“

Vielleicht hier ein passendes-unpassendes Beispiel aus früheren Zeiten:

Damals mit ca. 12 oder 13 Jahren schaute ich , schüchtern, ängstlich und in einer vom Krieg traumatisierten Familie groß geworden, abends bei Vollmond in den Nachthimmel. Kälte, Ferne, Leere und Einsamkeit in einem von mir als tot empfundenen Weltraum erfassten mich, Zum ersten Mal erfuhr ich, was in mittelalterlichen Kreisen „Horror Vacui“ (der Schrecken der Leere) genannt wurde.

Ungefähr 15 Jahre später, zu einer Zeit, als ich die pubertären Eierschalen weitgehend verloren hatte, bekam ich die Gelegenheit, in den Bergen von Sardinien unter freiem Himmel zu übernachten.

Unzählbare Sterne und der alles umfassende leere Raum empfangen mich wohlwollend. Nichts von Horror Vacui. Es war mir, als ob die Weite des Kosmos direkt in meinen Bauch eingezogen war. Und ich begann das zu verstehen, was allumfassendes Lieben genannt wird.

Raumfahrern wird nachgesagt, sie kämen nach ihrer Weltraumreise aus der Raketenkapsel verändert zurück. Zwar meinte der erste von ihnen, Gagarin, er habe im Himmel keinen Gott gefunden. Nun gut, Friedrich Schillers Aussage, die sich in der neunten Symphonie von Beethoven wiederfindet „*Brüder, überm Himmelszelt muss ein guter Vater wohnen*“ ist zu kurz gegriffen.

Wer den Himmel nicht mehr als begrenztes Zelt erlebt, und wer überhaupt keine Grenzen mehr erlebt, z. B. zwischen Ich und Du - was erlebt er dann?

Nun können wir nicht auf oder in Raketen durch den Kosmos reiten, um das „Ding an sich“ (E. Kant) oder den Lebenssinn oder den großen Gott zu erleben. Das brauchen wir auch nicht, wenn wir uns ganz und nicht halbherzig den Übungen des Zen hingeben.

Uns allen bekannte und oft wiederholte Worte wie „Offene Weite, Nichts Heiliges“ und Ähnliches sind ohne Wert, wenn wir nicht den Zen-Weg gehen und nur über ihn debattieren.

Im Berufskolleg verkündete eine Schülerin zu Beginn des Unterrichtes, sie habe einen Traum über ihren Lehrer gehabt. Und erzählte: Der Lehrer - also ich – drang in ihr Zimmer ein und warf alle Möbel heraus und ihre Freundin riss auch noch die Tapeten von den Wänden. Ich entgegnete: Wenn Ihre Freundin eine wahre Freundin ist, dann ist der Traum positiv zu verstehen. Alles muss raus, damit sich Neues zeigt.

Nur ist der Traum nicht ganz sinnvoll. Wir müssen unseren Geist schon selbst reinigen. Lehrer, Freunde und Therapeuten können uns nur einen Tipp geben.

Als der Zen-Meister Tozan von einem Mönch gefragt wurde, wie man vor Kälte und Hitze ausweicht, sagte er: „Warum wendest du dich nicht einem Ort zu, wo es kein Kälte und Hitze gibt.“

Als vom Mönch nach dem Ort gefragt wurde, wo es keine Kälte und Hitze gibt, kam die Antwort:

„Das ist der Ort, wo, wenn es kalt ist, den Mönch die Kälte umbringt und wo, wenn es heiß ist, den Mönch die Hitze umbringt.“

- Erst dann, und nur dann, wenn wir es zazen-übend zulassen, geht langsam und zunächst fast unmerklich am Horizont die Sonne auf.

Und wir können von Herzen zueinander sagen:

**Happy birth-day
frohe Weihnachten
und ein wirklich neues gutes Jahr.**

Aus Sangha-Brief 2 / 2019 (Weihnachten)