

Kusen vom Samstag, den 2.2.08, 18:00 Uhr, Kitozeremonie

Korrigierte Fassung

Strecken Sie gut den Nacken und ziehen Sie das Kinn zurück. Ich wiederhole, „*Kinn zurück, Kinn zurück, Kinn zurück,*“ war was Meister Deshimaru am häufigsten sagte. Bei jedem Zazen, bei jedem Zazen mehrmals. Ziehen Sie das Kinn zurück. „*Rentrez le menton.*“ Wer ihn gekannt hat, hat es noch im Ohr. Vernachlässigen Sie nicht Ihre Haltung. Konzentrieren Sie sich auf die Ausatmung. Das Kinn zurückziehen, den Nacken strecken und mit dem höchsten Punkt des Schädels gegen den Himmel stoßen, das ist ein und dieselbe Bewegung.

Kyosaku.

Jeden Samstag wiederhole ich für die Anfänger: Der Kyosaku tut nicht weh und Sie bekommen ihn nur, wenn Sie ihn haben möchten. Wenn Sie ihn haben möchten und fürchten sich doch ein bisschen, dann können Sie ihn sich trotzdem heute geben lassen, dieser Shusso ist ganz sanft. Ein leichter Kyosaku kann dennoch eine tiefe Wirkung haben.

Kinhin. Bitte gut lüften.

Meister Deshimaru schreibt in seinem Kommentar zum Sandokai:

*„Mit geschlossenen Augen können wir nicht verstehen, was der Gesichtssinn ist. Wenn wir sie aber öffnen, erscheinen vielfältige Farben. Die sieben Töne der Tonleiter werden in der Musik zu tausenden von verschiedenen Tönen. Was ist die Quelle, der Ursprung all dieser Schwingungen? Eines Tages fragte ein junger Mönch im Tempel seinen alten Meister: „Die Tempelglocke erklingt, meine Ohren hören sie, doch wo ist der Ton? Diese Frage wurde zu einem berühmten Koan“.*

Er schreibt:

*„Die Nase nimmt die verschiedensten Gerüche wahr. Wenn wir nichts essen, kann die Zunge nichts schmecken. Doch es ist die Aufgabe der Zunge Geschmack wahrzunehmen und zu unterscheiden. Wie zum Beispiel süß, salzig, sauer, mild. Wenn wir ein kleines Stückchen Fleisch auf die Nase einer Katze legen, wird sie – obwohl sie nur den Geruch wahrnimmt – ihren Napf auslecken.“*

Er schreibt:

*„Mein Meister Kodo Sawaki erzählte immer die Geschichte von dem einen, der ein Stückchen Kacke auf der Nasenspitze hatte und sagte: Was stinkt denn hier so? Wenn unser Geist frei von Ziel- und Zweckdenken ist, ist er nicht so kompliziert. Gibt es Zweck und Ziel, so erheben sich zahlreiche Erscheinungsformen aus ein und derselben Wurzel entstehen sehr viele Blätter. Aus einer einzigen Quelle kann eine große Zahl von Phänomenen auftauchen, doch Ursprung und Ende sind letztlich Ku. Es gibt die verschiedensten Vorstellungen. Vorstellungen: reich oder arm, Gott oder Buddha, Mensch oder Teufel. Und jede von ihnen ist irgendwie brauchbar. Doch schließlich kehren die ursprüngliche Quelle und die letzte Bestimmung ins Nichts zurück.“*

Dem könnte man verdeutlichend hinzufügen: Eben weil unser Geist nicht so kompliziert, wenn er frei von Ziel- und Zweckdenken ist, sollen wir Zazen *mushotoku* praktizieren. Ohne Ziel. Die immer wiederholte Erfahrung von Hishiryo, von einem ruhigen und klaren Geist, der einfach anwesend und aufnahmefähig ist, verfügbar, im Hier und Jetzt. Die Praxis von wirklichem Zazen, kein verschlafenes und kein vergrübeltes. Das eben ist die Erweckung. Vom Standpunkt der Erweckung aus gesehen ist es grotesk andere zu kritisieren und letzten Endes ist der Gestank bei einem selber. Es heißt ja im Zen: *Der furchtlose Geist sieht keinen Anlass zur Furcht*. Das ist ein sehr hilfreiches Zenwort. Das Geschenk des Tages. Es geht nicht darum, gegenüber irgendwelchen Missständen den Mund zu halten, sondern darum sich nicht außerhalb zu stellen, sich nicht zu trennen von dem großen Organismus zu dem wir alle gehören. Wenn Sie ihre Abgetrenntheit beklagen, vielleicht machen Sie sie selber.

Ein starkes Bild wie das mit der Kacke auf der Nase bedarf etwas Kommentars. Kodo Sawaki ist berühmt dafür kein Blatt vor den Mund genommen zu haben. Hier geht es aber darum, dass alles ins Nichts zurückkehrt und was heißt das denn um Himmelswillen? Das ist ein Übersetzungsfehler! Das ‚Nichts‘, die ‚Leerheit‘ – ich habe es vorgestern schon gesagt – ist nicht leer, sondern frei.

Es ist nur zum Lernen, es geht hier nicht um eine tolle Zentheorie, eine wundervolle Philosophie. Sondern für Sie und Ihr Verhältnis zum Leben ist es hilfreich zu verstehen, dass es die manifesten und die nicht manifesten Möglichkeiten gibt. Beide durchdringen sich. Beim Zazen, vielleicht nicht gerade bei Ihrem ersten Zazen, aber vielleicht auch bei Ihrem ersten. Vielleicht nach ein paar Wochen sehen Sie wie Ihre Gedanken entstehen, aus Nichts. Was eben ‚Nichts‘ heißt. Sie kristallisieren sich zu Taten. Die Werke vergehen. Sie werden freier, wenn Sie die Natur Ihrer Gedanken und Ihrer Funktionsweise besser verstehen. Und obwohl Zazen sehr nützlich ist, sollen Sie es machen ohne Ziel- und Zweckdenken, sonst funktioniert es nicht. Das leuchtet jedem ein.

Heute Abend machen wir eine besondere Zeremonie, ein so genanntes Kito. Wir machen das sehr selten. Durchschnittlich unter ein Mal im Jahr. Für Anfänger ist das gewiss sehr erstaunlich. Wenn Sie gern Zazen machen und feststellen, dass Zazen Ihnen liegt, werden Sie in der Lage sein zu sagen: „Ja, das ist eine Ausnahme, das ist eine sehr seltsame Zeremonie.“ Sonst fragen Sie sich vielleicht, ob das hier nicht ein Haufen Verrückter ist? Aber gut zu wissen für alle: Zen hat in Japan – und diejenigen von Ihnen, die schon da gewesen sind wissen es – eine magische Seite, die nicht zu uns über den großen Teich gekommen ist. Kleine alte Damen kommen in die Zen-Tempel, stecken Yen-Münzen in Säulen und kaufen magische Papierchen in der Zen-Boutique und hoffen, dass die Sutras der Mönche ihnen Glück bringen und Krankheiten heilen. Zen ist dort viel bunter als unsere Vorstellung. Es hängt massenhaft glitzerndes Zeug von der Decke und goldene Lotusblüten stecken an den Wänden und so weiter. Und die heutige Zeremonie, eine etwas magische Zeremonie, kommt von dieser Seite. Meister Keizan hat solche Elemente integriert im vierzehnten Jahrhundert. Aus Mitgefühl hat er das Zen ein bisschen volkstümlicher gemacht. Nicht nur strenge Übung und Erleuchtung und Kyosaku.

Technisch geht es so: Die Zen-Schüler widmen ihr Zazen Leuten in Nöten und das Mittel dazu ist das Singen des Hannya Shingyos. Ganz neue Anfänger sollten vielleicht nur zuhören und zusehen. Aber Sie bekommen einen Text und wenn Sie möchten, können Sie mitsingen. Sie singen wie immer das Hannya Shingyo und es gibt Mokukyo und Trommel. Es ist aber lauter und es werden magische Beschwörungsrufe dazwischengerufen. Man kommt leichter aus dem Takt, hören Sie immer gut auf die Trommel, auf das Mokukyo und achten Sie drauf, dass Sie nicht herauskommen. Wenn Sie lachen müssen: es ist erlaubt. Das Unglaubliche ist aber, dass diese magischen Zeremonien wirklich helfen. Man kann schwer sagen warum, aber

es ist eine Erfahrung. Die letzte haben wir vor einigen Monaten gemacht für ein zu früh geborenes Kind mit unreifer Lunge, das in Lebensgefahr war. Nach dem Kito hat es gut geatmet und die Eltern durften es mit nach Hause nehmen. Wie kann das sein? Der junge Vater ist ein ordinierter Zen-Schüler, vielleicht hat er so ein Vertrauen in das Kito gehabt und hat sich deshalb dem Kind gegenüber so verhalten, dass es etwas bewirkt hat? Wir wissen es nicht, aber es gibt viele viele Beispiele. Es ist kein Hokus Pokus, es sieht aber so aus. Legen Sie Ihre Vorurteile ab. Wenn Sie es gar nicht mögen, dürfen Sie auch rausgehen.

Kaijo.

Sie haben in der Einführung gelernt, dass man im Zazen möglichst barfuss ist, aber bei diesen Zeremonien trägt man weiße Socken.

---

Notiert von Marlon