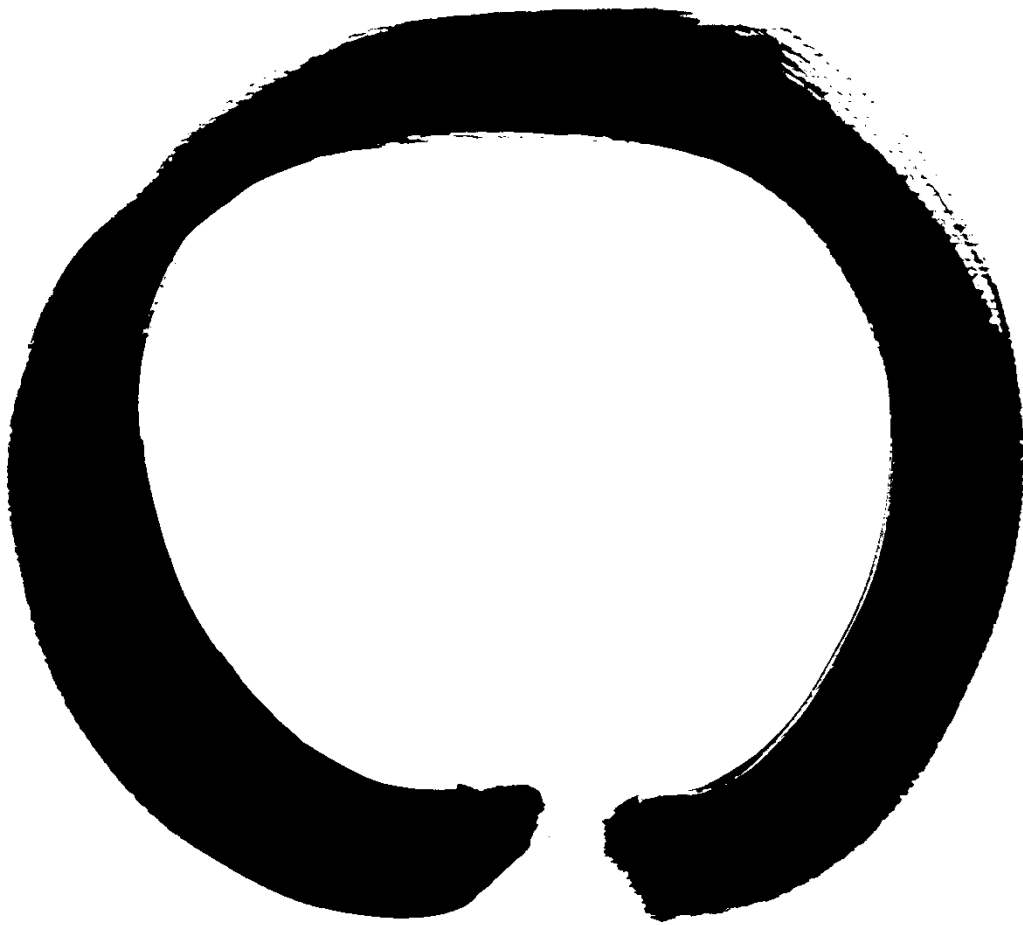


Der Bilderzyklus vom Ochsen und Hirten

Ein Erfahrungsweg im Zen



Die aus dem 12.Jhdt. stammende Erzählung besteht aus 10 Bildern, den sog. Ochsenbildern und dazu gehörenden Gedichten. Die Bilder und Texte sind im bäuerlichen Leben und der Natur verortet.

Der Zyklus beschreibt den Weg eines/einer Zen-Übenden auf der Suche nach dem Sinn des Lebens. Es ist die Suche nach der Antwort auf die Frage: „Wer bin ich und warum bin ich hier?“

Der Hirte steht für uns, die wir in der Übung des Stillen Sitzens und Achtsamen Gehens sowie in der Übung der Achtsamkeit im Alltag den Zen-Weg vollziehen. Der Ochs ist Sinnbild für unser Selbst, für unser Wesen. So wird die Suche nach dem Ochs zum Gleichnis für unseren Weg nach innen, in die Schau unseres eigenen tiefen Wesens, in das Erwachen.

In der Weggemeinschaft Stille rezitieren wir die Gedichte während unserer Sesshins. Inspiriert durch das neue Buch von Doris Zölls mit dem Titel „Disziplin als Anfang“ habe ich die Bilder und Gedichte nach meinem eigenen Verständnis ausgelegt. Dabei gilt es, wachsam zu sein für die Resonanz der Erzählung im Alltag und auf dem Übungsweg.

In Herbst 2018 wurde in den Vorträgen bei den Montagsmeditationen der Bonner Zen-Gruppe der Weggemeinschaft Stille jeweils ein Bild mit dem dazu gehörenden Gedicht vorgestellt und kommentiert, um diese Perle chinesischer Zen-Dichtung allen Teilnehmern bekannt zu machen und für den jeweils eigenen Weg fruchtbar werden zu lassen.

Die 10 Gedichttexte sind dem Buch von Doris Zölls entnommen.

Die Tuschezeichnungen habe ich selbst geschaffen. Als Vorlage dienten mir die Bilder aus dem Buch „Weisheit des Zen“ von Pater Hugo M. Enomiya-Lassalle.

Bruno Liesenfeld



1. BILD: DIE SUCHE NACH DEM OCHSEN

1. BILD: DIE SUCHE NACH DEM OCHSEN

VERLASSEN IN ENDLOSER WILDNIS

SCHREITET DER HIRTE DAHIN

DURCH WUCHERNDEN GRAS

UND SUCHT SEINEN OCHSEN.

WEIT FLIEßT DER FLUSS,

FERN RAGEN DIE GEBIRGE, UND IMMER TIEFER

INS VERWACHSENE

LÄUFT DER PFAD.

DER LEIB ZU TODE ERSCHÖPFT

UND VERZWEIFELT DAS HERZ.

DOCH FINDET DER SUCHENDE HIRT

KEINE GELEITENDE RICHTUNG.

IM DÄMMER DES ABENDS

HÖRT ER NUR ZIKADEN AUF DEM

AHORN SINGEN.

Das 1. Bild zeigt den Hirten in der Wildnis endloser Wälder, Sümpfe, Dickicht. Er ist auf der Suche nach seinem Ochsen. Der Hirt ist verzweifelt, denn ohne Ochse ist er nicht mehr derselbe. Wie kann er ohne Ochse noch Hirte sein?

Die Erfahrung des Hirten ist Mangel, da fehlt etwas ganz Wesentliches. Im Alltag leistet der Ochse ihm wertvolle Dienste, er ist sein Arbeitstier. Ohne ihn geht nichts mehr. Wie soll der Hirte pflügen und Heu einholen, wenn ihm der Ochse fehlt, der alles Schwere zieht?

Ich erinnere mich gut an eine Begebenheit aus meiner Kindheit. Wir fuhren im Urlaub häufiger in den Schwarzwald. Dort lernten wir eine Bauernfamilie kennen. In einem Sommer halfen meine Eltern dem Bauern bei der Heuernte, und wir Kinder waren dabei. Als der riesige Heuwagen bis obenhin beladen war, holte der Bauer sein Ochsengespann vom Hof. Es war ungeheuer spannend, wie diese riesigen Tiere immer näher kamen, dann vor den Wagen gespannt wurden und ihn langsam aber stetig im Ochsenmodus zur Scheune zogen. Wir Kinder gingen hinter dem Wagen, im selben Rhythmus wie die Tiere. Ein unbeschreiblicher Gleichklang von Mensch, Tier und Erde.

Die Erfahrung des Hirten ist: Verwirrung – Wo geht es lang? Ich finde keinen Ausweg. Verzweiflung – Ich kann nicht weiter. Ich bin am Ende.

Wer kennt solche Zustände nicht? Da führt mich eine Krankheit von einer Arztpraxis in die andere und nichts hilft. Da streiten sich Zwei bis an den Rand des Erträglichen und riskieren ihre Partnerschaft, aber sie finden nicht zum Verständnis füreinander. Da führt eine berufliche Überlastung zur totalen Erschöpfung. Nichts geht mehr.

Warum muss der Hirte seinen Ochsen suchen? Ist er ihm entlaufen, hat er ihn verloren, hat er ihn vertrieben?

Warum verstehe ich mich oft selbst nicht mehr, in meinen Gedanken und Emotionen, wenn ich von Gier getrieben, von Abscheu regiert, von Ahnungslosigkeit und Verblendung irregeführt werde?

Da mühe ich mich ab, authentisch zu leben, meine Aufgaben verantwortlich zu erfüllen, regelmäßig zu meditieren – aber es bleibt eine Unzufriedenheit, ein Fremdsein in diesem Leben, eine unerfüllte Sehnsucht nach...

Als der Hirte sich schon fragen muss: Soll ich abrechen? Komme ich überhaupt noch nach Hause? Da öffnen sich seine Ohren für den Trommelgesang der Zikaden. Einfach stehen bleiben, einfach nur hören, einfach da sein. Zirp...Zirp...Zirp...



2. BILD: DAS FINDEN DER OCHSENSPUR

Z BILD: DAS FINDEN DER OCHSENSPUR

UNTER DEN BÄUMEN AM WASSER-GESTADE

SIND HIER UND DORT

DIE SPUREN DES OCHSEN

DICHT HINTERLASSEN.

HAT DER HIRTE DEN WEG GEFUNDEN

INMITTEN DES DICHT WUCHERNDEN,

DUFTENDEN GRASES?

WIE WEIT AUCH DER OCHSE

LAUFEN MAG, BIS IN DEN HINTERSTEN

ORT DES TIEFEN GEBIRGES,

REICHT DOCH SEINE NASE

BIS IN DEN HIMMEL.

Auf einmal geht's weiter. Die Sammlung im Augenblick, das reine Hören, das achtsame Atmen, das einfache Dasein eröffnet eine neue Sicht.

Da. Spuren am Wasser.

Eine meiner Lieblingsstrecken zu Fuß oder mit dem Rad ist der Weg von Königswinter zur Insel Grafenwerth, ungefähr 3 Kilometer am Rhein entlang. Dort gibt es einen „Toten Arm“, der durch die Insel vom Hauptstrom des Rheins abgetrennt ist. Auf der einen Seite der strömende Fluss, auf der anderen Seite ein stilles Wasser mit vielen Vögeln, Schwänen, Bäumen, Booten und sogar einem alten Aalschokker. Dort finde ich immer Gelegenheit zur achtsamen Gehmeditation, entweder direkt am Rheinufer oder auf den abseits gelegenen Pfaden entlang des Toten Arms. Im Rhythmus des Atems setze ich meine

Schritte, knirschenden Sand, Steine oder Waldboden unter meinen Füßen. Die Gedanken kommen zur Ruhe. Hören, sehen, riechen, ganz im Augenblick sein. Kein Drängen, etwas tun zu müssen, keine Spurensuche, selber Spuren im Sand hinterlassen, ganz auf dem Weg sein, selber Weg sein.

Der Hirte ist achtsam geworden, das Chaos seiner Gedanken, seiner wilden Suche hat sich gewandelt in ein aufmerksames Wahrnehmen von dem, was ist, was um ihn herum ist. Als hätte das äußere Hören des Zikadengesangs zum Hören nach innen geführt. Das geschieht, wenn wir Za-Zen üben, das Stille Sitzen und Achtsame Gehen. Es ist die Übung des Innehaltens, des wachen Gewahrseins, mit inneren und äußeren Sinnen. So lenken ihn seine Schritte zur Ochsenspur. Trotz des dicht wuchernden und duftenden Grases. Was duftet denn da? Ist es die Frische nach einem Sommerregen? Oder eher der dampfende Fladen, den der enteilte Ochse hinterlassen hat? Die Spuren des Ochsen haben sich tief eingedrückt in den sandigen und morastigen Waldboden. Sie sind wie Zeichen für etwas, was da ist, aber unsichtbar bleibt. Wir sagen auch von uns, dass unser Leben Spuren hinterlässt. Nicht nur in dem, was wir für unsere Mitmenschen oder die Gesellschaft leisten. Auch in unserem Körper sind sie zu finden. Bei dem einen sind es Narben, bei der anderen Lachfalten. Oder es sind unsere Verhaltensweisen, die aus Erfahrungen kommen, die sich tief in unsere Leib-seelische Gestalt eingepägt haben. Diese Spuren sind ein Signum unseres Lebens, unserer Menschlichkeit, unseres So-Seins. Aber Spuren sind eben Spuren, sie sind nicht der Ochse, der ist auf und davon. Jetzt gilt es, aufzubrechen, weiter zu gehen, nicht ungeduldig zu werden. Der Zenweg kennt keine Abkürzungen. Letztlich kennt er auch kein Ende. Er führt uns in und durch das Land des Nicht-Wissens. Der Hirte sieht, wie fern das Gebirge ist. Er weiß um die wilde Kraft des Ochsen, der immer weiter läuft, die Nase zum Himmel gerichtet. Ist es die Wildheit seiner ungebändigten Freiheit, wie er sein mächtiges Haupt zum Himmel streckt? Oder ist es ein wittern, ein ahnen, ein spüren, dass da jemand dran bleibt, der sich nicht verheddert und nicht aufgibt. Einer, der die Wildheit zähmen und mit den Kräften umgehen lernt. Jetzt bei sich bleiben, den eigenen Schritten vertrauen, in der Spur des Ochsen den eigenen Weg gehen, ohne zu wissen wohin. Jeder Schritt ist der Weg.



3. BILD: DAS FINDEN DES OCHSEN

3.BILD: DAS FINDEN DES OCHSEN

AUF EINMAL ERKLINGT DES BUSCHSÄNGERS
HELLE STIMME OBEN IM WIPFEL.

DIE SONNE STRAHLT WARM,

MILD WEHT DER WIND,

AM UFER GRÜNEN DIE WEIDEN.

ES IST KEIN ORT MEHR, DAHINEIN

DER OCHSE SICH ENTZIEHEN KÖNNTE.

SO SCHÖN DAS HERRLICHE HAUPT

MIT DEN RAGENDEN HÖRNERN,

DASS ES KEIN MALER ERREICHTE.

Das 3.Bild erzählt vom Erwachen. Pater Lassalle schreibt in seinem Kommentar zu diesem Bild über den Hirten: „Er findet das Selbst – Der Augenblick des Satori.“ (Lassalle S.128)

Vielleicht geht es Dir auch so wie mir an dieser Stelle, dass Du denkst: Wie, jetzt schon? Am liebsten würde ich den Stift aus der Hand legen. Kann ich überhaupt etwas dazu sagen?

Wenn ich aber das Bild selbst betrachte, sehe ich mehr. Neben dem Hirten in seiner Vorwärtsbewegung nehme ich vor allem das Hinterteil des Ochsen wahr. Die Schau des wahren Wesens also nur ein flüchtiger Augenblick? Ein Vorüberhuschen des Wahren, und ich sehe allenfalls seine Rückseite?

Der Hirte läuft hinterher, er will zumindest den Schwanz des Ochsen fassen, den flüchtigen Augenblick des Erblickens des Ochsen festhalten.

Geht es uns nicht auch schon mal so? Die tiefen Augenblicke im Leben festhalten, das ist unser Impuls. Dabei ist der Augenblick schon vorüber, das Erlebte ist schon Vergangenheit.

Der Augenblick des Erwachens – kein Festhalten, kein Besitzen, nichts vorzuweisen. Leere Hände. Kein Schwanz, keine Hörner, nichts. Alles sofort loslassen. In die Normalität, das einfache Leben, den Fluss des Lebens eintauchen. Augenblick für Augenblick.

Vor ein paar Tagen, an einem der letzten schönen Spätsommertage, verbrachte ich allein ein paar Stunden an einem bezaubernden See in einem alten Steinbruch. Ich las den Gedicht-Vers: „Die Sonne strahlt warm, mild weht der Wind, am Ufer die grünen Weiden. Es ist kein Ort mehr, dahinein der Ochse sich entziehen könnte.“

Genau das war mein Erleben. Ein so wunderbarer Augenblick, ein waches Erleben der Natur, ein Eins-sein im Nicht-Suchen des wahren Augenblicks. Ein Wissen im Nicht-Wissen: Es gibt nichts zu suchen. Einverstanden sein mit dem Flüchtigen dieses Augenblicks, dieses Erlebens im Alleinsein.

Doris Zölls schreibt: „Das Erwachen ist ein Moment, das, was man ist ganz zu sein, und das, was man tut, ganz zu tun ohne Kommentar, Urteil oder Benennung. Es hat mit Ekstase nichts zu tun. Im Grunde genommen ist es das Natürlichste der Welt. Alle Illusionen verschwinden und die Wirklichkeit zeigt sich unverhüllt.“ (Zölls S.75)

Vielleicht ist das eine wichtige Erkenntnis im Erwachen: Es gibt nichts festzuhalten und nichts loszulassen. Der Ochse, das wahre Wesen, kann sich gar nicht entziehen, kein Ort, wo er sich verstecken könnte. Es gibt nichts loszulassen, weil wir das Erwachen nicht in Händen halten können, es entspricht nicht seiner Natur. Eher ist es wie das Lied des Buschsängers, das mit heller Stimme erklingt. Tirili tirili tirili...

Also auf, weiter auf diesem Weg, wer weiß, wohin er uns führt.



4. BILD: DAS FANGEN DES OCHSEN

4.BILD: DAS FANGEN DES OCHSEN

NACH HÖCHSTEN MÜHEN
HAT DER HIRTE DEN OCHSEN GEFANGEN.
ZU HEFTIG NOCH DESSEN SINN,
DIE KRAFT NOCH ZU WÜTEND,
UM LEICHT SEINE WILDHEIT ZU BANNEN.
BALD ZIEHT DER OCHSE DAHIN,
STEIGT FERN AUF DIE HOHEN EBENEN,
BALD LÄUFT ER WEIT IN TIEFE STÄTTEN
DER NEBEL UND WOLKEN
UND WILL SICH VERBERGEN.

„Warum muss Zen immer so streng sein?“ Diese Frage stellte eine junge Frau dem Meister am Ende des Sesshins, an dem ich vor einigen Tagen teilgenommen habe. Als Beispiel nannte sie den lauten, energischen Ruf des Assistenten vor Beginn des „Teisho“, dem Lehrvortrag des Meisters. Vermutlich fragen sich das viele andere auch, sowohl Übende als auch von außen auf uns Schauende. Für Menschen ohne Praxis ist es kaum zu verstehen, dass wir während eines Sesshins stunden- und tagelang Sitz- und Gehmeditation üben. Frühes Aufstehen, strenger Tagesablauf, absolutes Schweigen...wie anstrengend! Ja, ist es. Was hilft, diese An-streng-ung durchzuhalten, ohne bitter oder frustriert zu werden, ist die Erfahrung: Es geht doch. Und es tut mir gut, es schenkt mir Lebenskraft und Einsicht in mein Leben, seine Höhen und Tiefen, sein oft so unbegreifliches Wechselspiel von dynamischem Vollzug und lähmender Stagnation und Stillstand.

Der Blick auf den Hirten lässt mich erkennen, dass er mit beiden Beinen auf der Erde steht, um dem Ochsen mit all seiner Kraft Stand zu halten. Aber es darf kein Stillstand sein, er muss beweglich bleiben und dem Ziehen und Stampfen

des Ochsen nachgeben, ohne ihn loszulassen. Was sie verbindet ist ein Leitseil, oder ist es eine Peitsche?

Das Fangen und Zähmen des Ochsen erfordert höchste Mühen, Geduld und Ausdauer. Wie beim Zen. Der Ochse als Bild für unser wahres Wesen spiegelt die innere Beschaffenheit unserer leib-seelischen Gestalt und deren Ausdrucksformen. Nun haben wir in unserer äußeren Formgestalt nicht die animalischen Kräfte eines Ochsen, genauer eines Wasserbüffels, so wie er uns in den Bildern begegnet. Dafür sind die Möglichkeiten des Menschen, seine inneren, geistigen Kräfte zu mobilisieren und einzusetzen, nicht weniger wirkungsvoll, eher noch weit darüber hinaus gehend.

Derzeit lese ich in der 2017 erschienenen Biographie des vietnamesischen Zen-Meisters Thich Nhat Than. Das Buch schildert sehr ausführlich sein Engagement für den Frieden und die Beendigung des Vietnamkrieges in den Sechziger und Siebziger Jahren des letzten Jahrhunderts. Mit welchen bestialischen Kräften der Menschen und ihrer Waffen hatte er zu kämpfen. Was ihm Standhaftigkeit verlieh, war die immer neu praktizierte Achtsamkeit. Eine Quelle seiner Motivation lag in seiner seelischen Resonanz auf das Buch „Widerstand und Ergebung“ von Dietrich Bonhoeffer, dem evangelischen Pastor, der von den Nazis hingerichtet wurde. Er erfuhr bei dieser Lektüre ein tiefes Erwachen, klare Erkenntnis und Einsicht in die Wirklichkeit seiner Existenz ebenso wie eine abgrundtiefe Anfechtung durch Kräfte der Dunkelheit. Er hat diese Spannung ausgehalten und in mutiges Handeln aus Mitgefühl und grenzenloser Liebe transformiert.

Uns selbst geht es oft so, dass wir uns – wie der Ochse - verbergen wollen. Wie bei ihm steht die Freiheit auf dem Spiel, und da bleiben wir lieber im Unklaren und Zögerlichen, erschreckt von den Anforderungen eines verantwortlichen, authentischen Lebens, das unserer Übung entspricht. Da gilt es, der Angst keine Macht über uns zu geben. Das beste Mittel, um aus Angst heraus zu kommen, ist, sich dem eigenen Atem zuzuwenden und Atem, Leib und Geist zu vereinen.

Im Mut des Hirten beim Fangen und Zähmen des Ochsen können wir unsere eigene Entschlossenheit und unser mutiges Weitergehen auf dem Zen-Weg entdecken, was auch immer kommen mag. Also auf, weiter so.



5.BILD: DAS ZÄHMEN DES OCHSEN

5. BILD: DAS ZÄHMEN DES OCHSEN

VON PEITSCHEN UND ZÜGEL

DARF DER HIRTE SEINE HAND

KEINEN AUGENBLICK LASSEN,

SONST STIESSE DER OCHSE

MIT RASENDEN SCHRITTEN

VOR IN DEN STAUB.

IST ABER DER OCHSE GEDULDIG GEZÄHMT

UND ZUR SANFTMUT GEBRACHT, FOLGT ER

DEM HIRTEN VON SELBST

OHNE FESSEL UND KETTE.

Manchmal glauben Menschen, selbst erfahrene Meditierende, dass mit dem Erwachen alle Schwierigkeiten und Probleme des Lebens schlagartig aufhören. Das ist eine Illusion, der wir uns nicht hingeben sollten. In Wirklichkeit wird das Üben tiefer, die Wahrnehmung schärfer, das Erleben des eigenen Selbst intuitiver. Zugleich treten die Licht- und Schattenseiten in allen Bezügen unseres sozialen und spirituellen Lebens deutlicher hervor. Wir sind keine Eremiten auf Heiligen Bergen, wie sie uns in schönen Zen-Geschichten begegnen, sondern allenfalls aufgeweckte Menschen, die ihren Alltag meistern wollen. Dazu gehören die Herausforderungen im Beruf, in den Familien, in Partnerschaften und Beziehungen. Unsere Zen-Übung ist nichts anderes als genau das: arbeiten, erziehen, lieben, verstehen, essen, schlafen, sitzen, gehen, atmen, achtsam sein. In allem der Geist und das Herz und der Weg.

Und doch geschieht es, dass wir in heiklen, schwierigen Situationen aus dem Gleichgewicht geraten können, z.B. in einem Konflikt, der sich zum Streit entwickelt. So plötzlich wie ein Blitz sind wir von einer Sekunde auf die andere

außer Kontrolle. Keine Achtsamkeit auf den Atem, keine gelassene Distanzierung vom Gegenstand des Streits, nichts von Desidentifizierung mit den eigenen Gefühlen. Stattdessen: Ärger, Wut, Geschrei. Je nachdem, wie sich der Konflikt entwickelt, können quälende und absurde Gedanken auftauchen, die so gar nicht zu unserer eingeübten Selbstwahrnehmung passen. Was ist da los?

„Von Peitsche und Zügel darf der Hirte keinen Augenblick lassen.“

Aha, der innere Horn-Ochse wütet. Scheinbar ein bekanntes Phänomen, auch im Zen. Die buddhistische Psychologie kennt allein 50 innere „Zustände“ oder Geistesformationen, die sich in allen Ebenen des Bewusstseins zeigen. Das können heilsame geistige Gebilde sein wie Vertrauen, Gleichmut, Freude, Demut, Glück oder auch unheilsame wie Ärger, Feindseligkeit, Stolz, Selbstsucht oder Angst usw. (Vgl. Thich Nhat Hanh, Körper und Geist in Harmonie, S.202 ff). In diesem Spektrum bewegt sich der Geist, hier ist das Wahrnehmungsfeld, wo sich einerseits unsere Gelassenheit und Nichtanhaftung, aber ebenso unsere unerlösten Verstrickungen in alte Denk- und Verhaltensmuster zeigen. Ja, manchmal sind wir selbst unser größtes Problem. Umso mehr helfen uns die elementaren Übungen des Za-Zen und der Achtsamkeit im Alltag, mit wachem, offenem Gewahrsein inmitten der Vielfalt geglückter und verrissener Momente zu verweilen. Damit zähmen wir die wilden Antriebe des Herzens und die im Staub der Illusionen vernebelten Eskapaden unseres Geistes. So wie der Ochse Peitsche und Zügel braucht, um zur Sanftmut gebracht zu werden, so benötigen wir inneren Antrieb und Motivation, den Zen-Weg aufrecht und konsequent zu gehen. Letztlich führt uns das zur Demut gegenüber der Größe des Lebens und zur Sanftmut mit uns selbst. Dann stellen sich auch Erfahrungen ein, in denen alles wie von selbst geht und das Leben so ist wie es ist: wunderbar.



6. BILD: DIE HEIMKEHR AUF DEM
RÜCKEN DES OCHSEN

6. BILD: DIE HEIMKEHR AUF DEM RÜCKEN DES OCHSEN

DER HIRTE KEHRT HEIM
AUF DEM RÜCKEN DES OCHSEN
GELASSEN UND MÜßIG.
IN DEN FERNEN ABENDNEBEL
KLINGT WEIT DER GESANG DER FLÖTE.
TAKT AUF TAKT UND VERS AUF VERS
TÖNT DIE GRENZENLOSE STIMMUNG
DES HIRTEN.
HÖRT EINER AUF DEN GESANG,
BRAUCHT ER NICHT NOCH ZU SAGEN,
WIE ES DEM HIRTEN ZUMUTE.

Der Rück-Weg des Hirten vollzieht sich auf dem Rücken des Ochsen. Wie nah sie sich gekommen sind. Der Ochse hat Vertrauen in den, den er trägt. Der Hirte vertraut sich dem gezähmten Ochsen an, ganz dem Augenblick hingegeben. Sein Flötenspiel ist die Melodie seines Herzens, seines Atems, seiner Heiterkeit. Dieses Bild schenkt mir Ruhe und Frieden.

Jetzt, wo die Tage kürzer werden und der Herbst mit stillen Farben malt, gehe ich gern nochmal zur Dämmerung hinaus auf die Wege entlang des Rheins. Derzeit sind die Ufer am Rhein vollkommen ausgetrocknet, und es ist möglich, das normalerweise überflutete Rheinbett trockenen Fußes zu durchschreiten, bis hin zum Fluss, der so schmal ist, wie ich ihn noch nie gesehen habe. Ich muss sehr vorsichtig gehen, denn überall liegen Steine und Muscheln und Sand.

Ideal für Achtsames Gehen! An einem der letzten Abende stand ich am Wasser, hörte dem Fließen des Rheins zu, dem Geschrei der Möwen, dem Lärm der Autos im Rheintal. Die untergehende Sonne verfärbte das Siebengebirge violett, an manchen Hängen stieg Abendnebel auf. Ein Augenblick des Staunens, des Nicht-Denkens, der Erfahrung: Alles ist eins. Ich kann mich diesem Leben anvertrauen. Alles fließt, meine Gefühle, meine Gedanken, meine Zeit, meine Traurigkeit, meine Freude. In solcher Stimmung stellt sich innerer Frieden ein. Es ist, als würden die achtsam gesetzten Schritte dem Erleben inneren Friedens Rhythmus verleihen. Je nachdem steigen in solchen Momenten auch Lieder oder Melodien in uns auf. Wie beim Hirten, der seine Flöte spielt ohne Notenblatt und Taktstock, einfach nur wie es der Atem, die Finger und die Bambusflöte will, vielleicht dem Rauschen des Windes hörig, dem Tempo des Ochsen gefügig, dem Trillern des Buschrohrsängers ähnlich.

Eines meiner Lieder, die ich aus meiner Zeit als Gefängnisseelsorger oft gesungen und lieben gelernt habe, hat folgende Strophe:

*Wo Menschen sich vergessen,
die Wege verlassen,
und neu beginnen, ganz neu,
da berühren sich Himmel und Erde,
das Frieden werde unter uns,
das berühren sich Himmel und Erde,
das Frieden werde unter uns.*

Dieses Lied kommt mir in den Sinn, wenn ich mich in das Bild vertiefe. Das Sich-Vergessen des Hirten. Er ist seine Flöte und sein Lied und der Ochse und der Weg und er selbst. Alles eins. Auch der Ochse ist ein sich vergessendes Wesen: Stampf, Stampf, Stampf. Schritt für Schritt. Ganz eins mit dem Hirten, der mit Knochen und Fell seines Rückens wie verwachsen, im aufrechten Sitz nach Hause reitet. Da passt kein Gedanke zwischen.

Dogen Zenji schreibt im Shobogenzo zuimonki zur Selbstvergessenheit:
„Den Buddha-Weg erforschen heißt, sich selbst erforschen. Sich selbst erforschen heißt, sich selbst vergessen. Sich selbst vergessen heißt, durch alle Dinge erleuchtet sein...“

Der Zen-Weg führt uns in solche Erfahrungen, und so werden wir Menschen, die, zum Frieden gekommen, gelassen und müßig sind.



7.BILD: DER OCHS IST VERGESSEN,
DER HIRTE BLEIBT

7.BILD: DER OCHS IST VERGESSEN, DER HIRTE BLEIBT

SCHON IST DER HIRTE HEIMGEKEHRT
AUF DEM RÜCKEN DES OCHSEN.

ES GIBT KEINEN OCHSEN MEHR.

ALLEIN SITZT DER HIRTE,
MÜßIG UND STILL.

RUHIG SCHLUMMERT ER NOCH,
DA DOCH DIE ROT BRENNENDE SONNE
SCHON HOCH AM HIMMEL STEHT.

NUTZLOS PEITSCHTE UND ZÜGEL,
WEGGEWORFEN UNTER DAS
STROHENE DACH.

Beide sind heimgekehrt. Ochs und Hirte, dieses unzertrennliche Paar, zwischen die kein Blatt Papier passte. Und nun ist da nur noch der Hirte. Was bedeutet das Verschwinden des Ochsen? Ist er wieder durchgebrannt? Hat er sich im Nichts, in der Leere aufgelöst?

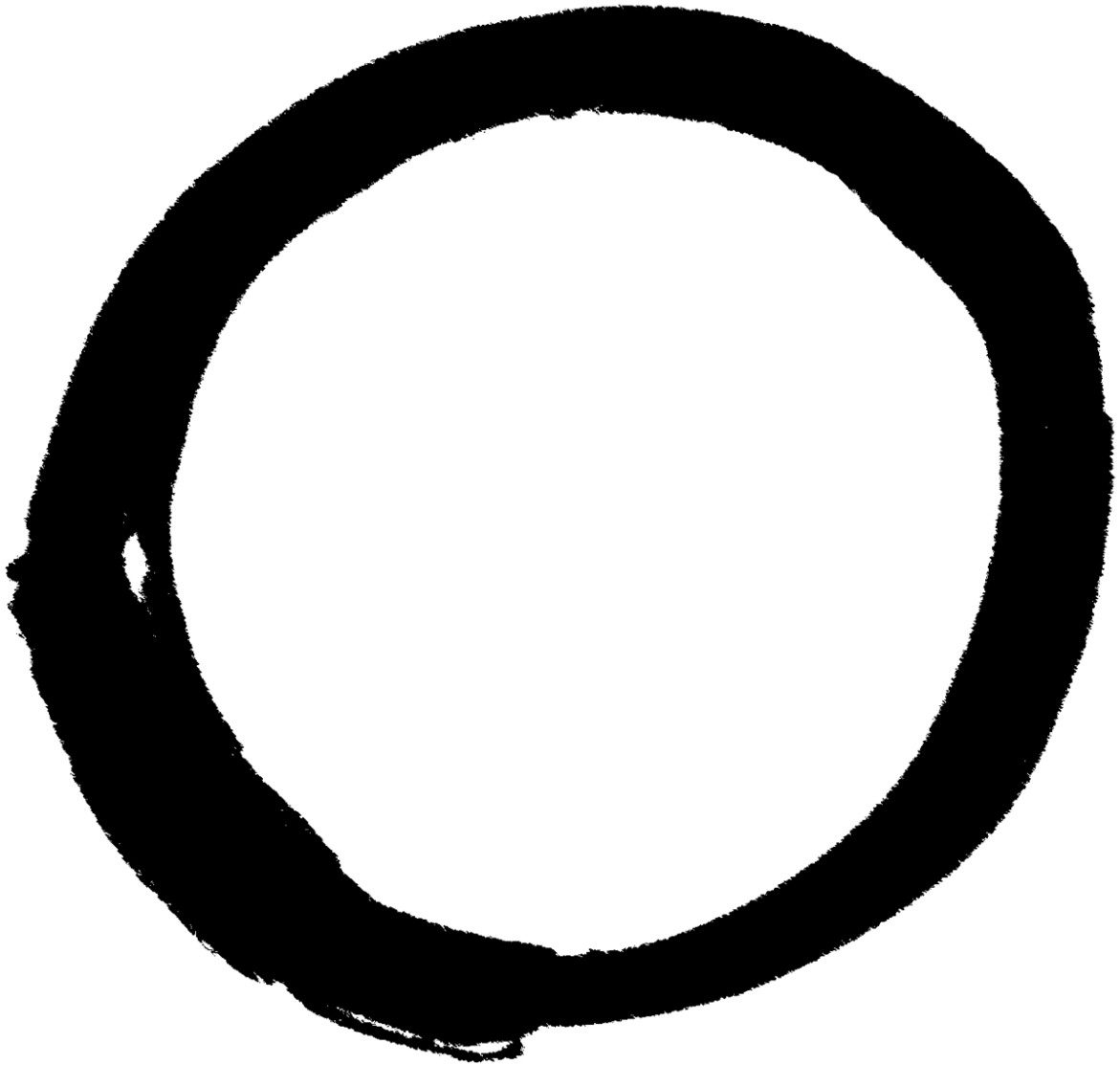
Den Hirten scheint das nicht zu betrüben. Er ist nicht nur am rechten Ort, er ist ganz bei sich selbst angekommen. Und jetzt gönnt er sich eine Auszeit, eine Zeit nur für sich, ganz allein. Vorbei das Suchen, die Mühe, das Unterwegssein. Hier, in der Geborgenheit seiner Hütte, findet er in die Stille zurück. Und er darf müßig sein, so ganz ohne Druck, etwas leisten zu müssen, sich anzustrengen für welche Ziele auch immer. Das ist wirkliches Ruhen.

War er auf seinem Nach-Hause-Ritt auf dem Rücken des Ochsen völlig selbstvergessen in seinem Flötenspiel, so ist er hier ohne jeden Gedanken an den Ochsen, der einfach nicht mehr da ist, so als hätte es ihn nie gegeben. Es ist kein magisches Verschwinden, keine Zauberei, auch kein Wunder, das uns die Geschichte erzählt. Es ist die Erfahrung der völligen Einheit, die nie anders gewesen ist, in der es keine Zweiheit gibt, auch keine Erinnerung an das Eins-Werden. Der Hirte ist nicht mehr „der Hirte mit dem Ochsen“ und darum ist er der Hirte und nur der Hirte, der ruht und schlummert.

Wenn ich mir das Bild anschau, so erinnert es mich an die Hütte im japanischen Garten des Benediktushofes, dem Zentrum für Meditation und Achtsamkeit, wo unsere Zen-Linie ihr Zuhause hat. Es ist ein stiller Ort. Ich halte mich gern allein dort auf. Sobald die hölzerne Tür sich hinter mir schließt, bin ich ganz umfungen von der Stille und Schönheit. Einfach hinsetzen, da-sein, schauen, lauschen, müßig sein. Vielleicht auch im aufrechten Sitz Za-Zen üben. Alles lädt ein, im Augenblick zu sein.

Die Haltung des Hirten ist für uns vorbildlich. Er nimmt sich die Zeit, die er braucht für seine Rekreation, für sein Bedürfnis nach Stille und Sitzen. Er ist keineswegs träge oder faul, das zu glauben gibt sein bisheriges Verhalten keinen Anlass. Er ist einer, der darum weiß, dass alles Suchen letztlich zu sich selbst führt, zur Erfahrung des eigenen Wesens, alles Suchen nach Weisheit, Einsicht, Erleuchtung. Weil er um die Tiefe und Wahrheit des Menschen weiß, um den „Mensch ohne Rang“, wie ihn der chinesische Meister Lin-chi (jap. Rinzai) nennt. Der fragte seine Mönche: „Wollt ihr wissen, wer unser Lehrer, der Buddha, ist? Der Buddha seid ihr selbst, wie ihr hier vor mir steht und mir zuhört...“ (Thich Nhat Hanh, Es gibt nichts zu tun, S. 125). Und der japanische Meister Ohtsu sagt zur Erfahrung des heimgekehrten Hirten: „Es gibt oben keinen Buddha zu suchen und unten keine Weltlichen zu erretten. Diese Stufe ist die des wahren und müßigen Menschen, der alles Lernen hinter sich gelassen hat.“ (Der Ochs und sein Hirte: Zen-Geschichte aus dem Alten China, Klett-Cotta, S.104).

Irgendwann ist der Schlummer des Hirten vorbei. Dann wacht er auf, sieht die helle Sonne am Himmel, hört den Wind in den Wipfeln der Kiefer. Leben pur. Auf auf, es geht weiter...



8. BILD: DIE VOLLKOMMENE VERGESSEN-
HEIT VON OCHS UND HIRTE

8.BILD: DIE VOLLKOMMENE VERGESSEN- HEIT VON OCHS UND HIRTE

PEITSCHHE UND ZÜGEL, OCHS UND HIRTE
SIND SPURLOS ZU NICHTS GEWORDEN.

IN DEN WEITEN UND BLAUEN HIMMEL
REICHT NIEMALS EIN WORT,
IHN ZU ERMESSEN.

WIE KÖNNTE DER SCHNEE
AUF DER RÖTLICHEN FLAMME DES
BRENNENDEN HERDES VERWEILEN?
ERST WENN EIN MENSCH
IN DIESEN ORT GELANGT IST,
KANN ER DEN ALTEN MEISTERN
ENTSPRECHEN.

Im Zen sind kleine Dinge groß, Fülle ist Leere, Leere ist Fülle. So sagt das Kegon-Sutra, das im kleinsten Staubkorn das ganze Universum enthalten ist. Und es ist eine zutiefst menschliche Erfahrung, dass in jedem Augenblick Sein und Zeit und Ewigkeit enthalten sind. Wollte ich das mit meinem kleinen Verstand ergründen, so wäre es, wie wenn ein Kind am Strand beginnt, die Sandkörner zu zählen, um irgendwann zu wissen, wie viele es sind. Oder es würde mit seinem kleinen Löffel Wasser aus dem Ozean in seinen Eimer füllen, bis das Meer leer ist.

Das 8. Bild mit dem leeren Kreis lässt uns zunächst etwas ratlos werden. Da ist auf einmal NICHTS mehr. Keine Bambushütte, kein Hirte, kein Ochse. Hat sich da ein „schwarzes Loch“ des Zen aufgetan? Erst der Ochse weg, und jetzt der Hirte mit allem Drum und Dran!

Auf meinem heutigen Spaziergang am Rhein entlang habe ich diese Frage mitgenommen, ebenso das Bild des leeren Kreises. Meine Übung war, nicht darüber nachzudenken, sondern einfach Schritt für Schritt zu gehen. Natürlich war ich in diesen eineinhalb Stunden nicht vollkommen gedankenlos, aber ich habe mich nicht anstrengen müssen, ein Problem zu lösen, das keines ist. Ein leerer Kreis ist ein leerer Kreis. Er ist entstanden, als ich meinen Pinsel in die Tusche tauchte, ihn abtropfen ließ und dann IN EINEM EINZIGEN AUGENBLICK den Kreis auf das Papier zeichnete. Fertig. Leerer Kreis.

Gibt es da noch was zu sagen? Natürlich könnte ein Philosoph, eine Mathematikerin, eine Zen-Kalligraphin eine Menge interessante und tiefeschürfende Worte über die Bedeutung des Kreises und der Leere finden. Mich würde mehr interessieren, was das Kind am Strand dazu zu sagen hätte. Vielleicht würde es schauen, lachen und weiterschaulen.

Hans Peter Dürr, der berühmte Wissenschaftler und Träger des Alternativen Nobelpreises, hat den Satz geprägt: „Wir erleben mehr als wir begreifen.“ Der gilt auch im Zen, wenn es um das NICHTS, die LEERE, das EINE geht. Im Za-Zen erfahren wir schon mal, dass wir vollkommen versunken sind, frei von Gedankenchaos, Schmerzen im Leib oder emotionalen Belastungen. Dann sind wir so eins mit dem Atem, Leib und Geist, das da nichts mehr ist als „EINATMEN“ ... „AUSATMEN“ ... „LEERE“ ... „EINATMEN“ ... „AUSATMEN“...



9. BILD: ZUM URSPRUNG ZURÜCKGEKEHRT

9. BILD: ZUM URSPRUNG ZURÜCKGEKEHRT

IN DEN GRUND UND URSPRUNG
ZURÜCKGEKEHRT, HAT DER HIRTE
SCHON ALLES VOLLBRACHT.

NICHTS IST BESSER ALS JÄH
AUF DER STELLE WIE BLIND
ZU SEIN UND TAUB.

IN SEINER HÜTTE SITZT ER
UND SIEHT KEINE DINGE DA DRAUSSEN.
GRENZENLOS FLIESST DER FLUSS,
WIE ER FLIESST.

ROT BLÜHT DIE BLUME, WIE SIE BLÜHT.

Zum Ursprung zurückkehren heißt, wieder da ankommen, von wo ich ausgegangen bin. Nun ist der Hirte ja schon längst wieder zuhause. Aber ist da auch sein Ursprung?

In einem Koan wird folgendes erzählt: „ Ein Mönch fragt Meister Seikiso: Wie ist es, wenn man den Staub wegfegt und Buddha schaut? Seikiso antwortete: Er hat nirgendwo ein Land. Wo sollte man ihn treffen?“

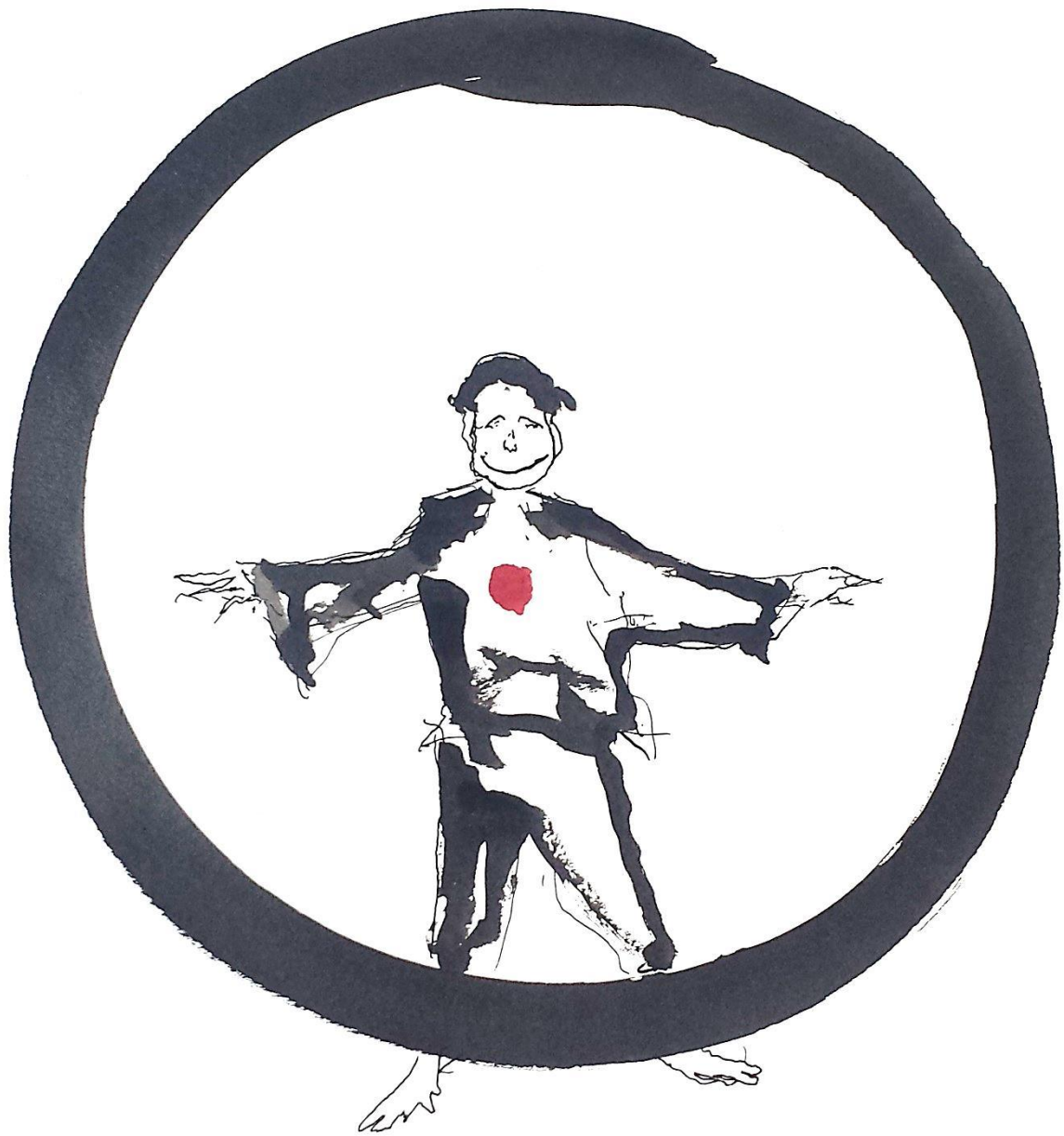
Wenn ich nach meinem Ursprung frage, gehe ich den Weg zurück über meine Eltern und Ahnen und alle Zeit und finde keinen Ort, wo ich landen könnte. Und doch glaube ich ganz tief an eine Quelle meines Daseins, da wo mein Leben entspringt und überfließt und mich der sein lässt, der ich jetzt bin.

Vielleicht wartest Du schon darauf, dass ich wieder vom Rumstromern am Rhein erzähle. Ja, ich war wieder da. Und das Schönste, was ich dort heute erlebte, waren zwei Beobachtungen. Da war ein kleiner Junge mit seinem Vater. Sie warfen Steine ins Wasser, da wo der Rhein noch nicht fließt, an einer großen Regenpfütze im immer noch ausgetrockneten Flussbett. Zuerst schaffte es der Kleine nicht, seine Steine bis ins Wasser zu werfen. Als sie ein paar Schritte näher an die große, tiefe Pfütze gingen, klappte es. Der Vater gab ihm einen Stein, er warf und „Plumps“, eine Fontäne und dann ein Jubelruf. Geschafft. Hahahahaha. Der Kleine hat alles vollbracht!

Das zweite Schöne war ein Reiher, der vollkommen ruhig im Wasser stand. Darin spiegelte sich sein Reiherkörper und der blaue Himmel, während ein kleiner Bach vom Drachenfels herunter bis ins Rheinufer floss. Ein Moment des Lebens, vollkommene Schönheit. Alles ist vollbracht.

Mir selbst ist auf der Rückkehr nach Hause aufgegangen, dass es auf dem Zen-Weg mit den Ochsenbildern nicht mehr um die Figur des Hirten geht, sondern allein um mich. Der Zen-Weg des Hirten mit dem Ochsen ist vollständig der Zen-Weg meiner selbst geworden. Es gibt den Ochsen und den Hirten nicht mehr. Ich muss nicht mehr nach einer Lösung suchen, die ihm und seiner Erfahrung gerecht wird. Ich muss auch nicht auf ein großartiges Finale dieser Geschichte warten. Alles ist vollbracht. Der Rhein fließt, wie er fließt. Bald wird er wieder mehr Wasser führen, so wie es für ihn normal ist.

Rote Blumen habe ich auf meinem Weg heute nicht gefunden. Aber zweimal kam etwas anderes Rotes an mir vorbei. Zwei Züge, und es war einfach dies: Der rote Zug fährt, wie er fährt. Wunderbar.



10. BILD: DAS BETRETEN DES MARKTES
MIT OFFENEN HÄNDEN

10. BILD: DAS BETRETEN DES MARKTES
MIT OFFENEN HÄNDEN

MIT ENTBLOSSTER BRUST

UND NACKTEN FÜSSEN

KOMMT ER HEREIN AUF DEN MARKT.

DAS GESICHT MIT ERDE BESCHMIERT,

DER KOPF MIT ASCHE

ÜBER UND ÜBER BESTREUT.

SEINE WANGEN ÜBERSTRÖMT

VON MÄCHTIGEM LACHEN.

OHNE GEHEIMNISSE UND WUNDER

ZU BEMÜHEN LÄSST ER JÄH

DIE DÜRREN BÄUME ERBLÜHEN.

Vor einigen Jahren hatte ich einen Traum. Ich befand mich auf dem Bonner Marktplatz. Mitten im Gedränge zwischen den Obst- und Gemüseständen kam plötzlich ein schon etwas älterer Mann mit einem grauen Bart auf mich zu. Er schüttelte mir kräftig die Hand, lachte mich an und sagte unvermittelt: „Ich kenne Sie.“ Ich war verwirrt und fühlte mich belästigt. Dieser Mann war mir fremd, da war ich mir vollkommen sicher. „Ich kenne sie nicht“ antwortete ich und wollte weitergehen. Er aber ließ nicht locker und behauptete: „Wir kennen uns!“ Im Erwachen wusste ich noch immer nicht, wer dieser Mensch gewesen sein sollte. Erst Jahre später kam mir eine Ahnung. Was diesen Traum so prickelnd machte war die Gewissheit des Unbekannten, mich zu kennen, und mein Widerstand. Aber im Tiefsten wusste ich wohl doch: Das kann kein Irrtum sein. Dieses Kennen war ein Erkennen, jenseits von biografischen Festlegungen, jenseits von Raum und Zeit, ein Erleben im Traumbewusstsein. Wer war dieser Mann? Und wer bin ich? Was verbindet uns? Was erkannte er in mir und warum widersetzte ich mich so? War er der Hirte und ich der Ochse?

Unser Hirte kommt mit nackten Füßen auf den Marktplatz des Lebens. Der ist überall da, wo Du bist: Zuhause, auf dem Kissen, beim Friseur, auf der Arbeit, im Bioladen. Die nackten Füße sehe ich als ein Symbol seiner Ehrfurcht vor dem Leben. Sie lassen ihn empfindsam sein für die Erde, auf der er geht.

In der Bibel wird erzählt, wie Mose in der Steppe die Schafe hütet und plötzlich einen brennenden Dornbusch erblickt, der nicht verbrennt. Eine Stimme ruft ihm zu: „Zieh deine Schuhe aus, der Ort wo Du stehst ist heiliger Boden“. Erst als er mit nackten Füßen da steht, kann er sich diesem erschütternden Ereignis ganz stellen. Erst da erkennt er, mit wem er es zu tun hat. (Exodus 3, 5)

Wir sind auf dem langen Weg dieser Geschichte dem Hirten und dem Ochsen gefolgt bis an den Ort, wo wir uns selbst begegnen, wo wir erkennen: Zen ist Hingabe an das Leben, so wie es jetzt ist. Zum Schluss möchte ich noch einmal Doris Zölls zitieren, deren Buch „Disziplin als Anfang“ mich zur Auseinandersetzung mit dieser alten Zen-Geschichte inspiriert hat (S.179).

„Es verlangt Mut, den Zen-Weg der Hingabe zu gehen, er verlangt verletzbar zu sein, empfindsam zu sein, den Tod zu durchleben und sich nicht zu scheuen, sich abzumühen. Dies alles sind bereits die Wunder des Lebens. Das Wunder des Lächelns, das Rot der Blumen, das Prasseln des Regens. Das Leben wird zum Wunder, durchdrungen von tiefer Liebe.“