

Lehren der Meister (zusammengestellt von Gundula)

Die Blume ist unwissend, dennoch lädt sie den Schmetterling ein.
Der Schmetterling ist unwissend, dennoch findet er die Blume.
Die Blume ist unwissend, der Schmetterling ist unwissend,
dennoch geschieht alles dem Dharma gemäß.
aus Japan

Du solltest Bäume und Felsen damit betrauen, den Dharma zu predigen,
und du solltest Reisfelder und Gärten nach der Wahrheit fragen,
Frage Pfeiler nach dem Dharma und lerne von Hecken und Mauern.
Dogen Zenji

„Die Wüste ist schön“, fügte er hinzu...
Das war wahr. Ich habe die Wüste immer geliebt. Man setzt sich auf eine Sanddüne.
Man sieht nichts. Man hört nichts. Und währenddessen strahlt etwas in der Wüste.
„Es macht die Wüste schön, dass sie irgendwo einen Brunnen birgt“, sagte der kleine Prinz.
Ich war überrascht, dieses geheimnisvolle Licht des Sandes plötzlich zu verstehen.
Als ich ein kleiner Knabe war, wohnte ich in einem alten Haus und die Sage erzählt,
dass darin ein Schatz versteckt sei...
Er verzauberte dieses ganze Haus. Mein Haus barg ein Geheimnis auf dem Grund seines Herzens.
Antoine de Saint – Exupéry: Der kleine Prinz

Alles strömt aus deinem eigenen Herzen.
Seppo

Ich trage alle Buchstaben in mir. Liegt doch Himmel und Erde mit allem Wesen, dazu Gott selbst, im Menschen.
Jakob Boehme

Ohne Makel sein, das ist wie wenn man einem Menschen begegnet, ohne in Betracht zu ziehen, wie er aussieht.
Es ist auch: Beim Betrachten von Blüten oder dem Mond nicht nach mehr Farbe oder Helligkeit zu verlangen. Frühling hat die Gestimmtheit von Frühling und Herbst das Erscheinungsbild von Herbst, daran ist nicht vorbeizukommen. Wenn du also Frühling und Herbst anders haben möchtest, als sie sind, so bedenke, dass sie nur so sein können, wie sie sind. Und wenn du möchtest, dass Frühling und Herbst so bleiben, wie sie sind, so bedenke, dass sie keine umwandelbare Natur haben.
Eihei Dogen

Hocke dich hin
und überlass dich
einfach ohne alle Künstlichkeit
mit Leib und Seele
dem Wirken des Weges.
Dogen Zenji

Ein Mensch, der im Dunkeln wandert, wandert doch.
Der Schüler lernt, auch wenn er nicht weiß, dass er lernt, und so mag er schließlich daraus Feuer fangen.
Im Winter sammelt ein Baum Nahrung. Die Leute mögen denken, er sei müßig, denn sie sehen nicht, dass etwas geschieht. Erst im Frühling sehen sie die Knospen. Jetzt erst, so glauben sie, tut er etwas.
Es gibt eine Zeit des Aufspeicherns und eine Zeit des Ausschüttens.
Das bringt uns zurück zu dem Lehrsatz:

„Die Erleuchtung kommt Schritt für Schritt, sonst würde man von der Erfahrung überwältigt.“
Rumi

Weder beschrieben kann es werden, noch gemalt.
Kein Lob kann es erreichen.
Hör auf, es mit dem Kopf begreifen zu wollen.
Das uranfängliche Angesicht ist nie verborgen.
Selbst wenn die Welt zugrunde geht, bleibt es unzerstörbar.
Meister Mumon

Tiefer Schatz, wie wirst du ausgegraben?
Hoher Adel, wer kann dich erreichen?
Quellender Bronnen, wer kann dich erschöpfen?
Lichter Glanz, ausdringende Kraft, bloße Verborgenheit, verborgene Sicherheit, sichere Zuversicht,
ein'ge Stille in allen Dingen, mannigfaltiges Gut in einiger Stille, du stilles Geschrei,
dich kann niemand finden, der dich nicht zu lassen weiß.
Anonymer Brief aus dem 15. Jahrhundert

Suche es nicht anderswo. Wenn du suchst, entfernst du dich nur mehr.
Jetzt, da ich ganz allein gehe, begegne ich ihm überall.
Es ist jetzt genau, was ich bin, doch ich bin nicht es.
So muss man verstehen, dann ist man eins mit dem wahren So.
Tozan Ryokai

Worauf ich euch hinweise, ist nur dies:
Lasst euch nicht von anderen irremachen.
Handelt, wenn es für euch erforderlich ist, ohne Zögern und Zweifel.
Die heutigen Menschen können das nicht – woran gebricht es ihnen? Es gebricht ihnen an
Selbstvertrauen.
Wenn ihr euch nicht selbst vertrauen könnt, werdet ihr kopflos: Ihr rennt allen möglichen Dingen nach
und lasst euch von ihnen beeinflussen. So könnt ihr eure Unabhängigkeit nicht bewahren.
Wer sich wahrhaft schult, soll echtes, wahres Sehen und Verstehen suchen. Dann seid ihr frei, zu
gehen oder zu bleiben.
Ihr braucht keine Wunder zu suchen, denn Wunder kommen von selbst.
Meister Rinzai

Licht ist unser wahres Wesen.
Unser Sein strahlt immerzu.
Unser wahres Wesen ist Offenheit, Lauschen, Befreiung, Hingabe –
ohne machen oder wollen.
J. Klein

Das unausdenkliche Tor der großen Befreiung ist in jeder und in jedem von uns. Es ist niemals
versperrt gewesen und hat nie zu wünschen übrig gelassen. Die Meister aller Zeiten sind mit vielen
geschickten Methoden und Mitteln in der Welt erschienen; sie haben eingebildete Arzneien gegen
eingebildete Krankheiten angewandt, weil euer Erkennen unklar ist und eure eingefleischten
Vorstellungen von Gott und der Welt euch haltlos herumwirbeln. Die verschiedenen Lehren und
Methoden wurden nur dazu dargelegt, dass ihr in euch selbst zurücktreten und euer eigenes wahres
Wesen erfassen könnt und die große Ruhe, den großen Frieden und das große Glück erreicht.
Yuansou

Die Luft geht durch mich wie durch Luft.
Atem.
Ununterbrochene Luftlitanai.
Rose Ausländer

Aus der Finsternis Glanz schälen.
Ein Atom Schöpfung.
Niemand weiß, wie sich alles verhält,
aber man ahnt den Zusammenhang.
Mit geschlossenen Lippen einen Engel sprechen.
Er hütet das All.
Rose Ausländer

Es will mir jedoch scheinen, dass es in unserer Weltstunde überhaupt nicht darauf ankommt,
feste Lehre zu besitzen, sondern darauf, ewige Wirklichkeit zu erkennen und aus ihrer Kraft
gegenwärtiger Wirklichkeit standzuhalten.
Es ist in dieser Wüstennacht kein Weg zu zeigen. Es ist zu helfen, mit bereiter Seele zu beharren,
bis der Morgen dämmt und ein Weg sichtbar wird, wo ihn niemand ahnte.
Marten Buber; Gog und Magog, 1943

Kommt, kommt, wer immer Ihr seid,
Wanderer, Begeisterte, Fliehende, egal.
Unsere ist keine Karawane der Verzweiflung.
Kommt, auch wenn Ihr Eure Gelübde tausendmal gebrochen habt.
Kommt und noch einmal kommt.
aus dem Sufismus

Das leg ich euch allen ans Herz:
Leben und Tod sind groß;
schnell vergehen alle Dinge.
Jede/r von euch sei vollkommen wachsam –
niemals nachlässig, ganz gegenwärtig.

Da sah ich, dass es die Mauer nie gegeben hat,
dass „das Unerhörte“ hier und dieses ist,
nicht ein Anderes.
Dag Hammarskjöld

Das ist eigentlich unsere einzige moralische Aufgabe:
In sich selbst große Bereiche urbar zu machen für die Stille, für immer mehr Stille,
so dass man diese Stille wieder auf andere ausstrahlen kann;
und je mehr Stille in den Menschen ist, desto stiller wird es auch in dieser aufgeregten Welt sein.
Etty Hillesum

Es ist gut denkbar, dass die Herrlichkeit des Lebens
um jeden und immer in ihrer ganzen Fülle bereit liegt –
aber verhängt, in der Tiefe, unsichtbar, sehr weit.
Aber sie liegt dort, nicht feindselig, nicht widerwillig, nicht taub.
Ruft man sie ..., dann kommt sie.
Franz Kafka

Diese Bereitschaft, leer zu werden,
diese Bereitschaft, kommen zu lassen,
diese Bereitschaft, von vorne zu beginnen,
diese Bereitschaft – das ist üben.
Silvia Ostertag

Jenseits des Denkens gibt es etwas, was man nicht fassen kann,
und dieses Etwas trägt und bewahrt mich.
Dogen Zenji; Zazenshin

Was immer es an heilsamen Mitteln in diesem Leben geben möge,
durch die man geistigen Gewinn erlangt:
Sie alle haben nicht den Wert eines Sechzehntels der Liebe,
der Befreiung des Herzens und des Geistes.
Die Liebe, die Befreiung des Herzens und des Geistes,
nimmt sie alle in sich auf und leuchtet und glänzt und strahlt.
Dogen Zenji

Wer vollbewusst unbegrenzte Liebe in sich erweckt, dem werden die Fesseln dünn.
Buddha

Tag und Nacht, was immer euch begegnet, ist euer Leben; daher sollt ihr euer Leben der Situation anpassen, der ihr im Augenblick begegnet. Verwendet eure Lebenskraft dazu, aus den Umständen, die auf euch zukommen eine Einheit mit eurem Leben zu gestalten und die Dinge an ihren rechten Platz zu setzen.
Dogen Zenji

Wenn du Frühling und Herbst anders haben möchtest, als sie sind, so bedenke, dass sie nur so sein können, wie sie sind.
Wenn du Frühling und Herbst so bleiben haben möchtest, wie sie sind, so bedenke, dass sie keine unwandelbare Natur haben.
Dogen Zenji

So wie die Dunkelheit der Nacht,
selbst wenn sie tausend Jahre währte,
nicht die aufgehende Sonne verbergen kann,
so können zahllose Zeiten von Zwiespalt und Leiden
nicht den angeborenen Glanz des Geistes verbergen
Tilopa; 10. Jahrhundert

Die Gnade steht immer zur Verfügung,
aber sie ist abhängig von der Empfänglichkeit,
die jemand mitbringt.
Ranama Maharshi

Ewig ruhelos ist das Meer,
ewig raschelt das Laub,
ewig sträubt sich der Mensch,
ewig klein sind die Dinge.
aus China

In meinen täglichen Verrichtungen ist nichts Besonderes,
ich bin einfach in natürlichem Einklang mit ihnen.
An nichts mich haltend, auch nichts zurückweisend,
finde ich keinen Widerstand und bin nie getrennt.
Was soll mir der Prunk von purpurnen Gewändern?
Der reine Gipfel ward von keinem Staubkorn je befleckt.
Das wunderbare Wirken der großen Kraft
finde ich im Wasser holen und im Holz hacken.
P'ang Yün

Noch bist du da
Wirf deine Angst
in die Luft
Bald
ist deine Zeit um
bald
wächst der Himmel

unter dem Gras
fallen deine Träume
ins Nirgends
Noch
duftet die Nelke
singt die Drossel
noch darfst du lieben
Worte verschenken
noch bist du da
Sei was du bist
Gib was du hast
Rose Ausländer

Die entscheidende Frage für den Menschen ist:
Bist du auf das Unendliche bezogen oder nicht?
C. G. Jung

Mache dich selbst nicht abhängig von der Hoffnung auf Erfolg. Rechne mit der Möglichkeit, dass all dein Bemühen fruchtlos bleibt. Wenn du dich daran gewöhnst, wirst du dich allmählich immer mehr auf den Wert dessen konzentrieren, was du jetzt gerade tust und immer weniger auf das Ergebnis. Dann bist du offen für das, was in dir wirkt, ohne dass du es weißt.
Thomas Merton

Das Tao ist wie ein Brunnen:
genutzt, aber nie aufgebraucht.
Es ist wie die ewige Leere:
erfüllt von unendlichen Möglichkeiten.
Es ist verborgen und doch immer da.
Ich weiß nicht, wer es hervorbrachte.
Es ist älter als Gott.
Tao Te King

Die Blumen im Frühling,
der Mond im Herbst,
im Sommer die kühle Brise,
im Winter der Schnee –
wenn unnütze Sachen den Geist nicht vernebeln,
ist dies des Menschen glücklichste Jahreszeit.
Meister Mumon

Die Tragödie des Menschen besteht nicht darin,
dass er immer weniger vom Sinn des Lebens weiß,
sondern darin,
dass ihn dies immer weniger beunruhigt.
Vaclav Havel; 1989

Es gibt ein Ziel, aber keinen Weg;
was wir Weg nennen, ist zögern.
Franz Kafka

Du brauchst dein Zimmer nicht zu verlassen,
bleib einfach an deinem Tisch sitzen und horche.
Du brauchst nicht einmal zu horchen, warte einfach.
Du brauchst nicht einmal zu warten, sei einfach still –
und die Welt wird sich dir offenbaren,
sie hat gar keine andere Wahl.
Franz Kafka

Wir fühlen alle,
wie tief und furchtbar die äußeren Mächte in den Menschen hineingreifen können bis in sein Innerstes;
aber wir fühlen auch, dass es im Innersten etwas gibt, was unangreifbar ist und unverletzbar.
Anna Seghers; Das siebte Kreuz

Selbst wenn du so viele Bücher verschlingst, wie es Sandkörner im Ganges gibt –
das ist doch alles nicht so viel wert, wie das wirkliche Erfassen eines einzigen Zen-Verses.
wenn du das Geheimnis wissen willst, hier ist es: Alle Dinge sind im Herzen.
Ryokan

Was gibt es zu gewinnen?
Was gibt es zu verlieren?
Wenn wir es gewinnen,
war es schon von Anfang an da.
Wenn wir es verlieren,
ist es ganz in der Nähe verborgen.
Ryokan

Wo finde ich einen Menschen,
der die Worte zu vergessen weiß,
so dass ich einige Worte mit ihm wechseln könnte?
Zhuangzi

Ich suche nicht – ich finde.
Suchen – das ist Ausgehen von alten Beständen und ein Finden-wollen von bereits Bekanntem.
Finden – das ist das völlig Neue.
Alle Wege sind offen und was gefunden wird, ist unbekannt.
Es ist ein Wagnis, ein heiliges Abenteuer.
Die Ungewissheit solcher Wagnisse können eigentlich nur jene auf sich nehmen,
die im Ungeborgenen sich geborgen wissen,
die in der Ungewissheit, in der Führerlosigkeit geführt werden,
die sich vom Ziel ziehen lassen und nicht selbst das Ziel bestimmen.
Pablo Picasso

Nicht immer selbst seine Wünsche bewirten mit kärglicher Kost
Einmal sich alles geschehen lassen und wissen:
Was geschieht, ist gut.
Rainer Maria Rilke

Jetzt – Das Leben lebt dich.
Inschrift im Higashi – Honganji; Kyoto