

### **Die Bedeutung von Rōhatsu**

Wieder geht ein Jahr zu Ende und wieder haben wir uns zusammengefunden für einen Rōhatsu-Retreat. Überall in der Welt gibt es Gruppen von Menschen, die sich vom 1. - 8. Dezember, (oder wenn sie einem anderen Kalender folgen, vom 14. - 21. Januar) für eine intensive Meditationswoche aus ihrem Berufs- und Familienalltag zurückziehen. Sie tun dies im Gedenken an den Inder Siddhartha Gautama, der am 8. Tag des Monats nach einer tiefen Versenkung im Meditationszustand beim Anblick der Morgensterne plötzlich die Welt in einem ganz anderen Licht sah. Er erkannte und wusste zweifelsfrei, dass das ganze Universum eine geistige Realität ist, die sich in andauernder Bewegung befindet und sämtliche Lebenserscheinungen hervorbringt. Er verstand, dass er selber und alle anderen Lebewesen, Ausdruck, Verkörperung dieses einen universalen Geistes sind. Diese Gewissheit war keine Angelegenheit des intellektuellen Verstehens, keine Funktion des denkenden Geistes, kein Resultat philosophischer Überlegungen; es war die spontane, ungehinderte *Einsicht* in das Wesen der Existenz. Es gab keine Trennung mehr zwischen den sichtbaren und unsichtbaren Formen der Welt und ihm selbst. Er «sah» deutlich die Zusammenhänge, die Bewegungen der universalen Energie, welche sowohl die gegenwärtigen als auch die vergangenen und zukünftigen Lebenserscheinungen hervorbringen. Er sah, wie alle Erscheinungen in einanderspielen und nichts, rein gar nichts, unabhängig vom allem anderen existiert. Diese vollkommen klare, unumstössliche Sicht machte ihn zum "Buddha aus dem Shakya Stamm", Shakyamuni Buddha genannt.

Diese Namensgebung deutet darauf hin, dass er nicht der einzige Buddha ist, es gab vor und nach ihm Wesen, die zur sogenannten Erleuchtung gelangten, und Shakyamuni selbst sagte, dass er bis zu seinem eigenen letztendlichen Erwachen «unter zahllosen Buddha gedient habe» und, was das Allerwichtigste ist, er sagte, dass jeder Mensch, auch du und ich, diese Potenz zum geistigen Erwachen, zur klaren Einsicht in das Wesen der Existenz in sich tragen. Denn, so sagte er, das Wesen der Existenz ist reiner Geist. Nicht ein gedachter, abstrakter Geist, sondern die Lebenskraft an und für sich. Sie äussert sich im Bewusstsein von uns Menschen als reines Gewahrsein mit der Qualität von Liebe, Verbundenheit, und Weisheit. Die Essenz, die alles Leben hervorbringt, zusammen- und aufrechterhält ist allgegenwärtiger, allumfassender Geist; ohne Form, ohne Namen, ohne persönliche Identität. Wir alle spüren dies, wenn wir mit gesammeltem Geist, in stiller Achtsamkeit und passivem Gewahrsein sitzen. Nach jedem Retreat, nach jedem Sitzen im reinen Gewahrsein fühlen wir uns erfrischt, voller Energie und gegenseitigem Wohlwollen.

Rōhatsu markiert also das «in-die Welt-kommen» von Buddha. Es ist vielleicht nicht ganz Zufall, dass diese Feiertage in der westlichen Welt eng zusammenfallen mit der Feier vom «in-die-Welt kommen» eines anderen Menschen, Jesus Christus genannt, der ebenfalls mit Wort und Tat verkündete, das wahre Wesen, das alles Leben hervorbringt sei Weisheit und Liebe. Er sprach vom Licht, das alle Wesen umfasst und als «göttlicher Funke» oder Atem Gottes in jedem Einzelnen vorhanden ist. Was die Nachwelt mit den Worten der beiden grossen Lehrer angerichtet haben, bleibe dahingestellt: Tatsache ist, dass beide das Licht der Wahrheit in die Welt gebracht haben.

In unserer Zeit hört und liest man oft von den sogenannten Nahtod-Erlebnissen. Das sind geistige Erlebnisse, die Menschen beschreiben, deren körperliches Leben einmal an einem ganz dünnen Faden hing oder gar für eine ganz kurze Zeitspanne unterbrochen war. Manche von ihnen berichten, sie seien einem enormen Licht begegnet, wie sie es zuvor nie gekannt hätten und wofür es keine Worte gibt. Doch die Strahlung dieses Lichts war offenbar ganz und gar real, die einzigen Worte, die die Menschen für dafür finden, sind Liebe, Freude, Geborgenheit, unendliches Glück. Keiner von ihnen konnte in dieses Licht eintreten oder in seiner Nähe bleiben, alle fühlten sich – oft mit Widerwillen oder Trauer – wieder in ihr körperliches Dasein zurückgestossen. Doch ihre Lebenseinstellung war total geändert, Angst und Sorge vor dem sogenannten Tod waren endgültig weg; da war ein unumstössliches «Wissen» um ein Leben jenseits von Geburt und Tod.

In manchen Traditionen, ganz besonders im tibetanischen Buddhismus, werden sterbende Menschen impliziert darauf hingewiesen, dass sie kurz nach dem letzten Atemzug einem strahlenden Licht begegnen würden, von dem sie sich nicht erschrecken sollten. Das Aufleuchten dieses Lichts gilt als die grosse Chance zum Erwachen. In den meisten Fällen ist es aber so, dass die mentalen Eindrücke und emotionalen Bewusstseinsinhalte, die ein Mensch in den Tod mitnimmt, die Präsenz dieses Lichtes schnell überschatten. Und so wie die Menschen, die nur beinahe gestorben sind, in ihre Welt zurückgeworfen werden, so führen die unerlösten Konflikte und Wünsche sterbende Menschen in eine neue Runde im Rad des Lebens.

Diese und andere Beispiele der menschlichen Lichterfahrung lassen den Schluss zu, dass es sich dabei tatsächlich um eine allgemeinmenschliche Erfahrung handelt, die vor allem dann eintritt, wenn das Ich mit seinem Denken und Fühlen vollkommen ausgeschaltet wird. Sei es in einem grossen Schock oder in tiefer Meditation. Es wäre aber vollkommen daneben, sich z.B. vor einen Zug zu werfen und zu glauben, dann werde man automatisch erleuchtet oder anzunehmen, man trete nach dem Tod automatisch ins Nirvana ein. Der Geist kann nicht zu sich selbst erwachen, wenn ein menschliches Ich das will oder erwartet...

Wenn man liest, was der Buddha in der Folge seiner Erleuchtungsnacht sagte und tat, dann darf man annehmen, dass das Licht seines eigenen Geistes nicht wie bei den meistens Menschen nur für einen kurzen Augenblick aufleuchtete, sondern fortan seine einzige und endgültige Realität darstellte. Er hatte vollständig und unumstösslich erkannt, dass Licht, Energie, Kraft, oder wie man es auch nennen mag, das ursprüngliche und einzige Element ist, das wirklich existiert. Seinen Ausdrucksformen umfassen alles, was wir Menschen als reinen Geist oder Gott, als universale Liebe oder unfassbare Wirklichkeit, als Leben oder Natur... oder .., oder bezeichnen. Der Namen gibt es viele, aber ES ist nur eins.

Wir haben uns daran gewöhnt, unser Leben in wiederkehrende Zyklen einzuteilen, von denen viele auf Kreisläufen der Natur basieren. Wir feiern Neujahr, Geburtstage, Todestage und Jubiläen aller Art. Röhatsu markiert auch so einen Zyklus, aber einer, der noch nicht zu Ende gekommen ist. Als der junge Siddharta Gautama unter dem Bodhibaum zum Shakyamuni Buddha wurde, kam etwas ins Rollen, das noch heute Auswirkungen hat. Es war eine geistige Revolution. Die Buddhisten sagen: Das Dharmarad wurde gedreht. Es entstand nichts Neues, es gab keine irdische Revolution, die Erde hörte nicht auf, sich um ihre Achse zu drehen, die Menschen gingen weiterhin ihren normalen Geschäften nach. Daran hat sich überhaupt nichts geändert, bis heute. «Das Dharmarad drehen» bedeutet die Manifestation und Verkündung der universalen Wahrheit oder das universale Gesetz, Dharma genannt, in der menschlichen Welt.

Das Besondere an Shakyamuni Buddha ist es, dass er es schaffte, anderen Menschen sein Erlebnis, das sich grundsätzlich nicht in Worte fassen lässt, spürbar zu machen und zu vermitteln; er verstand es, seinen Werdegang — die verschiedenen Bewusstseinszustände, die im Erwachen mündeten — zu beschreiben; und er fand allerlei Hilfsmittel — Parabeln, Symbole, Anleitungen — um andere Menschen zu inspirieren, seinem Beispiel zu folgen. Statt sich von der Welt abzuwenden und den inneren Frieden zu geniessen, blieb er in der Welt und half anderen Menschen, ihren eigenen Geist auf die grosse Erkenntnis seiner selbst vorzubereiten.

Wer in direkten Kontakt kommt mit dem Urwesen erkennt, dass wahre Weisheit — nicht erworbenes Wissen — und wahres Mitgefühl — nicht parteiische Gefühlsduselei — seine eigene Natur ist. Wer das ewige Pulsieren der Lebenskraft versteht, ist befreit von Angst vor dem Tod und all den Sorgen um sich selbst. Wer keine Angst und Sorgen um sich selbst mehr hat, kann seine Lebensenergie nicht nur für sich und die eigene Familie, sondern zum Wohle aller anderen Mitlebewesen einsetzen, unabhängig davon, ob sein körperliches Leben morgen oder erst in einigen Jahren oder Jahrzehnten endet. Dies ist die Überwindung von Geburt und Tod, die Befreiung vom Rad des Lebens, von der der Buddha sprach.

Röhatsu ist also eine Art geistige Tsunami, deren Wellen sich über die ganze Welt verbreitet haben und die bis heute noch nicht ganz ausgeklungen sind. Wir, jeder von uns, wurden von einer dieser Wellen erfasst und sitzt deshalb heute hier in diesem Sinn. Die universalen geistigen Wellen hat uns angespült.

Das Dharmarad wird also immer noch gedreht. Es verströmt, wie die tibetischen Gebetsmühlen, den Duft und die Energie von Buddhas Erwachen zum Dharma, dem universalen Gesetz unseres Dasein. Buddhas Lehre — auch das ist eine Bedeutung von Dharma — steht auch uns heutigen Bewohner der Erde zu als geistige Nahrung zur Verfügung. Diese Botschaft lautet zusammengefasst:

1. Wir alle haben das gleiche wahre Wesen, aber wir wissen nichts davon. Wir meinen, wir seien die Person, zu der wir im Laufe unseres Heranwachsens geworden sind. Wir wissen nicht, dass «Ich» ein Produkt von jahrelanger kultureller Prägung bin ohne Substanz und Dauer. In dieser Unwissenheit gefangen sehen wir unser Leben durch die Brille des Ichs verzerrt und falsch, dies führt zu falschem Verhalten, ergo zu Leiden aller Art.
2. Das wahre Wesen ist Energie, die überall und immer nach ungehinderter Entfaltung und Harmonie strebt. So wie eine Blume aus sich selbst heraus wächst und ihrer Blüte öffnet, so strebt die geistige Natur, auch Buddhanatur genannt, zur Erfüllung ihrer selbst.

3. Wir Menschen haben dank der Beschaffenheit unseres Körpers bzw. unseres Bewusstseins, die Möglichkeit, uns dieser fundamentalen, alles bewegenden Lebenskraft bewusst zu werden. Auch wenn es paradox erscheinen mag, die Samen des Leidens und die Samen der Befreiung vom Leiden sind beide in unserer körperlich-geistigen Natur vorhanden. Wir sind nur glücklich, wenn die Lebensenergie frei fließt. Oder anders gesagt: Wir sind es, die mit unserem Denken und Wollen dem freien Fluss des Lebens hindern — privat und kollektiv — und wir sind es, die durch Erkenntnis und Hingabe die Stauung aufheben können. Kein anderer Mensch kann es für uns tun.
4. Das Hindernis ist die falsche Sicht und die Illusion vom Ich; die Befreiung ist die Transformation von falscher Sicht in rechte Sicht, die einhergeht mit der Auflösung der Ich-Illusion.

**Zusammenfassung:** Der von Shakyamuni Buddha in Gang gesetzte Dharma-Zyklus beginnt bei der ursprünglichen Unwissenheit, führt über das Wissen, dass *ich* gar nichts weiss und bin, und mündet, wenn die Zeit reif ist, beim allumfassenden Wissen, das ein *Sehen* ist.

Ein Rad kann sich nur drehen, wenn Zentripetal- und Zentrifugalkraft im Gleichgewicht sind. Meditation bedeutet, die Lebensenergie der Zentripetalkraft folgend, in der Nabe zu sammeln— in der sich nicht bewegenden, stillen Mitte —, um dann, der Zentrifugalkraft folgend, die gesammelte Energie im Alltag in das aktive Leben zu entlassen — d.h. die Stille lebendig machen.

Das ist auch Sinn und Zweck von Rōhatsu!