

Briefwechsel: Alleine Praktizieren

VON ZEN-MEISTER SEUNG SAHN

New York, New York
Juni 26, 1978

Lieber Soen Sa Nim,

vielen Dank für deinen Brief und das Bild von Kwan Seum Bosal. Ganz herzlichen Dank für dein Fürsorge.

Ich besuchte das Yong Maeng Jong Jin, das in Bob's Haus in Long Island am letzten Wochenende stattfand. Ich fand es sehr schwer mit anderen Menschen zu praktizieren. Es ist als ob ich mit einer tiefen inneren Barriere kämpfe; Wenn ich mit Menschen zu tun habe, werde ich immer seltsam, so dass ich nicht wirklich angemessen reagieren kann und eine Menge besonderer Aufmerksamkeit möchte. Ich weiß, dass das für andere Menschen nicht gut ist. Ich kann es selbst nicht leiden, aber ich kann es auch nicht kontrollieren.

Du sagst, dass das Üben mit anderen meinem schlechten Karma helfen wird. Aber ich empfinde es so, als würde ich viel mehr nehmen als ich geben könnte — dass ich eine Last sein könnte. Ich will das nicht mehr sein. Deswegen habe ich alleine gelebt und geübt. Es ist so wichtig für mich, jeden Tag zu arbeiten und meine Balance zu halten.

George, mein Dharma-Meister, sagte, dass niemand von uns besonders sei, weder besonders gut noch besonders schlecht. Aber ich fühle mich so total anders als die anderen Menschen. Es ist seltsam. Ich selbst versteh es nicht und es tut mir leid. Ich habe das Gefühl, dass ich weiterhin alleine praktizieren muss.

Ganz herzlichen Dank für deine Anteilnahme.

Hochachtungsvoll, Dein - Gail

Juli 6, 1978

Lieber Gail,

danke für deinen Brief. Wie geht es dir?

Ich habe deinen Brief gelesen. Ich verstehe dein Karma. Du bist nicht der einzige Mensch mit dieser Art von Karma. Viele Schüler praktizieren gerne alleine. Das ist nicht gut und nicht schlecht - besser als gar nichts. Aber wenn du alleine praktizierst, dann wächst deine Praxis nicht. Zen heißt an nichts festzuhalten. Wenn du an etwas festhältst, oder etwas machst, oder an etwas anhaftest, dann praktizierst du kein Zen. Wenn du auf diese Weise versuchst, Zen zu praktizieren, dann kannst du nicht Erleuchtung erlangen und auch nicht dein wahres Selbst verstehen; auch wenn du es dein Leben lang versuchst. Deswegen ist es so wichtig, deine Ideen und deine Gefühle los zu lassen. Was bist du? Wenn du es nicht weißt; 'immer weiter - weiß nicht.

Du bist nur ständig am checken - "meine Gefühle", "die Gefühle von anderen", "der Geist von anderen", "mein Geist", "das Wissen von anderen". Das bereitet dir Schwierigkeiten. So schaffst du dir deine Probleme. Du sagst, dass du anderen Menschen nicht helfen kannst, dass du eine Last für sie bist. Sorge dich nicht um andere Menschen. Wenn du zusammen mit andere Menschen handelst, helfen deine guten und schlechten Taten diesen anderen Menschen schon.

Es ist wie Kartoffeln putzen. Wenn die Menschen in Korea Kartoffeln putzen, legen sie alle in einen Eimer voller Wasser, anstatt sie einzelnen zu waschen. Dann stecken sie einen Stock in den Eimer und bewegen ihn immer wieder auf und ab. Dadurch stoßen und reiben die Kartoffeln aneinander und der harte krustige Schmutz fällt ab. Wenn du Kartoffeln einzeln wäschst, dann dauert es lange jede einzeln zu putzen und es wird jeweils immer nur eine Kartoffel sauber. Wenn sie alle zusammen sind, dann säubern sie sich gegenseitig.

Unsere Praxis des gemeinsamen Verbeugens, Singens und Sitzens und das Zusammenwohnen ist so als hätte man viele Kartoffeln, die aneinander reiben. Manchmal bist du zu müde und du willst nicht aus dem Bett aufstehen, oder du willst nach der Arbeit nur Fernsehgucken. Aber wenn du in einem Zen Zentrum lebst, musst du mit allen praktizieren; du musst deine eigenen Gefühle loslassen und zusammen handeln. Dieses Handeln bedeutet, dass du nicht von deinem schlechten Karma aus Gier, Wut und Unwissenheit kontrolliert wirst.

Manchmal reibst du dich mit anderen Menschen: "Ich habe keine Lust mich zu verbeugen!" oder "Ich bin zu müde zum Abwaschen!" Aber bald wirst du erkennen, dass du dich nur an deinem schlechten Karma reibst. Wenn du alleine bist, ist es leicht, an den eigenen Ideen festzuhalten: "Nur mein Weg!" Dadurch bist du von anderen Menschen getrennt und deine Gedanken und deine Meinungen werden immer stärker und stärker. So wird dein Geist eng und fest; er hat sehr viele Mauern.

Zen bedeutet, dass Innen und Außen eins werden. Das bedeutet, dass du mit deiner richtigen Situation eins wirst. Wenn du mit anderen Menschen praktizierst, dann hilft dir jeder, deine richtige Situation zu erkennen. Dann wird dein Leben einfach und klar. So werden deine Gedanken-Mauern schwächer und schwächer und bald werden sie verschwinden. Dann kannst du sehen, dann kannst du hören; alles einfach-genauso ist die Wahrheit. Wenn andere glücklich sind, freust du dich mit ihnen. Wenn andere traurig sind, kannst du das sehen und ihnen helfen. Das nennt man Freiheit. Es wird auch große Liebe, großes Mitgefühl und der große Bodhisattva Weg genannt.

Gail, du machst deine eigenen Mauern nur selbst. Wann wirst du aus deinen kleinen Mauern herauskommen? Diese Universum ist sehr weit, unendlich in Raum und Zeit. Mache daher nicht "mein Raum", mache nicht "meine Zeit". Lass Ich-Mein-Mir los. Bemühe dich einfach immer weiter. Das ist sehr wichtig. Am Anfang ist es sehr schwer, aber wenn du weder deinen Geist, noch deine Gefühle und dein Verständnis überprüfst, dann gibt es kein Problem.

Denken kommt und geht - lass es sein.

Wenn du richtig übst und stark wirst, dann können auch deine Dämonen stark werden. Wenn gemeinsames Handeln schwierig ist, bedeutet das, dass sowohl dein Dharma als auch dein Karma sehr stark sind. Dann musst du unablässig weitergehen - nicht aufgeben. Dann wirst du gewinnen, O.K.? Dann gibt es kein Problem. Deswegen musst du dich unablässig bemühen. Wenn du deinen bemühenden Geist bewahrst, wirst du eine großartige Frau werden. Überprüfe also weder deinen Geist, noch deine Gefühle noch dein Verständnis. Lass' es alles los. Gehe immer weiter ganz direkt darauf zu, 10.000 Jahre lang, nonstop.

Im Dharma,

S.S.

This article copyright © 2009 Kwan Um School of Zen