

Meine Arbeit ist die Erfüllung meines Bodhisattva-Gelübdes

Im Zen gibt es das Bild des Hirtenjungen, der den Ochsen zähmt. Der Ochse steht für Weisheit, der Junge für seine spirituelle Entwicklung. Es ist ein Gleichnis in zehn Bildern der Stadien des spirituellen „Erwachsenwerdens“. Die reifste Entwicklung ist nicht die Askese (Bild 7) oder die volle Einsicht in Leerheit (Bild 8), sondern tiefste Verwirklichung ist erst dann vollständig manifestiert, wenn man nackt auf den Marktplatz des Lebens zurückkehrt (Bild zehn). Für mich selbst kann ich sagen: Muse war für mich wichtig zu lernen, aber es war nie das Ziel des Lernens. Ziel und tiefstes Gelübde war das Dienen auf dem Marktplatz.

Ich gebe zu, ich bin von der Energie und dem Geist her Zen-Buddhistin und da landete ich auch. In den Buddhismus trieben mich die drei Fragen: „Wer bin ich?“ „Was ist die Welt ohne mich?“ „Was mache ich hier als Mensch?“ Damals, Anfang 20, hatte ich keine Ahnung, dass dies drei typische Koan-Fragen sind und das Spektrum von Form, Leerheit und die Manifestation durch mich als *Leben des Buddha* ausdrückt. Es waren verzweifelte Fragen, die mich beinahe in den Selbstmord trieben. Mit 28 fand mich das Dharma. Zwischen damals und heute hatte ich rot gefärbte Haare, acht Jahre gar keine Haare und jetzt graue. Ich lebte als Pflegefachfrau, als Priesterin in Amerika und jetzt was ich als eine Vereinigung dieser beiden empfinde. Der rote Faden ist meine Auseinandersetzung mit der Vergänglichkeit und dem Tod; den meiner PatientInnen und von mir selber. Da habe ich ja schon mal was mit dem Buddha gemeinsam ☺

Wer bin ich? Was ist die Welt ohne mich? Was mache ich hier als Mensch?

Ich landete mit diesen Fragen beim Buddha-Dharma und dem Buddha-Weg. Was heißt das? Begriffe, die wir so selbstverständlich benutzen. Also hinterfragte ich auch das (ich hinterfrage alles☺). Ich landete mit meiner Suche bei Dogen Zenji, einem grossen Zen-Meister des 12. Jahrhunderts. Sein Lehrgedicht *Genjokoan* wurde mein Lebensleitfaden. Das ist nun auch schon fast eine Dekade her. Dogen Zenji definiert die Begriffe folgendermassen: „Das *Buddha-Dharma* nur um des *Buddha-Dharma* willen zu üben, ist der Weg.“

Sawaki Roshi (auch ein Dogen-Fan) sagte im Kontext der Praxis: „Das *Buddha-Dharma* ist unfassbar und grenzenlos; es kann nichts sein, das unseren Wunsch nach Befriedigung erfüllt.“ Fangen wir nicht alle an zu üben, weil wir einen Wunsch haben, der uns befriedigt? Nur ist es gar nicht so einfach, diesen Wunsch zu erkennen. In dieser Phase bedeutete Praxis, mir einzugestehen, dass der Wunsch ganz weltlich ist und meiner Bodhisattva-Projektion grad mal diametral entgegensteht. Meine Zen-Lehrerin sagte: ‚ohne dass wir ihn kennen, kommen wir nicht weiter‘. Also hinterfragte ich auch das. Das peinliche Ergebnis: Ich wollte das Leiden loswerden und zwar komplett. Und ich hatte eine ganz konkrete Idee davon, wie herrlich das Leben ohne Leiden wäre. Immer ausgeglichen, mitfühlend, in Mitfreude, liebevoll, dialogbereit.... Also der ganze rechtsradikale Quatsch, der da grad passiert, ist eh nicht real und ich stehe da drüber. Dachte ich wäre Erwachen. Eine Bodhisattva-Heldin.

Keine ehrliche Antwort auf meine erste Frage. So bin ich nicht. Wer ich bin, weiss ich nicht, weil der gegenwärtige Augenblick immer anders ist und ich nie weiss, wie und wer ich bin. Es geht also im Buddha-Weg darum, die Tiefgründigkeit des gegenwärtigen Augenblicks zu leben. Den kann ich mir nicht tiefgründig zusammendenken, auch nicht in noch so musischen Augenblicken. Ich kann ihn nur leben. Es geht gar nicht um mich. „Das *Buddha-Dharma* nur um des *Buddha-Dharma* willen zu üben, ist der Weg.“

Jenseits von Denken und ohne Trennung

Okay, hätten wir das mal geklärt. Aber da bleibt die Frage: Was mache ich hier als Mensch?

Uchiyama Roshi (noch so ein Dogen-Fan) sagte dazu: „Jenseits von Denken und ohne Trennung bedeutet zum Beispiel in der Rolle des Dieners, ein Diener als die Verwirklichung der Wirklichkeit des Lebens als Diener zu sein.... Wenn wir unser Leben ausleben, sind wir in der Führungsrolle. Von ganzem Herzen geben wir eine meisterhafte Vorstellung mit unseren Gesichtern, mit unserer Persönlichkeit, mit unseren karmischen Merkmalen, mit unserer gegenwärtigen Rolle in der gegenwärtigen Situation. Wenn alle Menschen mit der Haltung leben, die beste Vorstellung abzugeben, wird unsere Gesellschaft eine Manifestation von reifen Menschen.“

Meine Auseinandersetzung mit der Vergänglichkeit lies mich schon lange erkennen, dass mein Leben lediglich ein Ausleben von Überlebenstrieben und -strategien ist. Meine „denkende“ Schlussfolgerung war, dass mein Überlebenstrieb schuld an meinem Leiden ist und ich daher die Strategien erkennen und loswerden muss. Damit war ich als Praktizierende erst mal ein paar weitere Jahre beschäftigt. Anhaftung an Leerheit war nicht die Lösung, es klappte nicht. Ich war trotzdem diejenige, die ich bin, auch wenn ich nicht weiss, wer ich bin. Und ich litt immer noch.

Mit dem obigen Zitat nahm mich Uchiyama an der Hand und führte mich zurück auf den Marktplatz. Seither übe ich da. Dabei geht es nicht um mich. Nicht mal um die Sterbenden, die ich betreue. Es geht darum, das Leben in seiner Tiefgründigkeit zu leben. Ja, ich bin in der Führungsrolle. Ich entscheide über die Vorstellung, die ich abgebe, in dem ich mich 100% dem Leben hingebe. Das bedeutet am Sterbebett zu stehen und dieselben drei Fragen im Gesicht des Gegenübers zu erkennen, die mich zur Verzweiflung trieben. Es bedeutet auch, täglich zu meditieren, samstags meine Gelübde zu erneuern und jeden Sonntag 3-4 Stunden zu praktizieren. Es bedeutet Steuern der Gesellschaft zuzuführen, damit Bildung und Sozialhilfeprojekte, Strassen und auch Grenzsicherungen finanziert werden können, auch wenn ich nicht über alles, was damit geschieht, erfreut bin. Es finanziert einen Rechtsstaat, in dem ich leben will und dessen ich mir mehr und mehr bewusst werde.

Es bedeutete auch, dass ich ein Buch schrieb, um für die Sterbenden eine Stimme zu erheben, wenn sie selber keine mehr haben. Eine Stimme für ihr Mensch-Sein, aber auch für die Einsicht in Überlebensstrategien und für unser aller Recht, würdevoll zu sterben. Und plötzlich hören mir die Menschen auf dem Marktplatz zu, was ich gar nicht nur angenehm finde. Nackt und verletzlich stehe ich da und es ist nicht mehr schöne und einleuchtende Theorie, sondern eine sehr persönliche Angelegenheit: „Von ganzem Herzen geben wir eine meisterhafte Vorstellung mit unseren Gesichtern, mit unserer Persönlichkeit, mit unseren karmischen Merkmalen, mit unserer gegenwärtigen Rolle in der gegenwärtigen Situation.“

Freiheit heißt für mich nicht mehr, tun und lassen zu können, was ich will. Es heißt nicht mehr, nie mehr zu leiden. Freiheit heißt für mich, eine meisterhafte Vorstellung mit meinem Gesicht, meiner Persönlichkeit, meinen karmischen Mustern, in meiner gegenwärtigen Rolle und in der gegenwärtigen Situation zu spielen. Manchmal bin ich mehr, manchmal weniger zufrieden mit meiner Vorstellung. Aber es ist wirklich cool, in der Führungsrolle meines Lebens zu sein. Freiheit ist jetzt: „Das *Buddha-Dharma* nur um des *Buddha-Dharma* willen zu üben, ist mein Weg.“ Darin gibt es keine Trennung zwischen Arbeit, Vogelflug, Muse oder Lebenssinn.

Ich hätte nie geglaubt, dass ich mal so leben darf. Viel besser als nie mehr zu leiden 😊

Evi Ketterer, Pflegefachfrau spezialisierte Palliative Care, Praktizierende seit 1995, traf Sylvia Wetzel 1996. Sie wurde 2002 von Joan Halifax ordiniert, lebte und praktizierte bis 2009 am Zen Center of Los

Angeles als Schülerin von Egyoku Nakao. Sie legte 2012 die Roben ab. Seit 2009 lebt sie wieder in der Schweiz und gab nun ihr erstes Buch heraus: „Geschichten intimer Beziehungen. Sterbebetreuung einmal anders erzählt.“

Foto von Regula Zellweger an der Buchtaufe