

Pressemitteilung

30 Jahre ZEN - das ZEN Zentrum im Schloss Wachendorf begeht Jubiläum Achtsamkeit und Erwecken aus den Begrenzungen des Egos

Wachendorf, 27. Mai 2016

Achtsamkeit und Meditation sind mittlerweile in aller Munde. Kaum eine Universität, die nicht in diesem Bereich forscht, kaum eine Zeitung, die nicht über das Thema berichtet. Forschung und Wissenschaft bestätigen mittlerweile einheitlich die heilsamen Auswirkungen von Meditation für Psyche und Gesundheit. Eine Möglichkeit, diesen Weg zu entdecken und zu üben, besteht seit 30 Jahren im Zen Zentrum im Schloss Wachendorf. Zen bedeutet "tiefe Versenkung".

Am 1.6.1986 wurde das Mokusho-Zendo („Zen-Zentrum schweigende Erleuchtung“) und am 25.4.1999 die abendländische Zen-Schule „Offene Weite“ im Schloss Wachendorf unter der Leitung des Priors und Zen Lehrers Taiku Güttler Roshi gegründet. Zendo bedeutet übersetzt "der Raum des Weges" und ist Woche für Woche Übungsraum für zahlreiche Zen-Nonnen, Zen-Mönche und Laien, die dort gemeinsam den Weg des Zen üben.

Es entstand dort ein von Japan unabhängiger zen-buddhistischer Orden, der sowohl abendländische christliche Wurzeln als auch die Praxis des japanischen Soto-Zen vereinigt. Seitdem wird dort jeden Donnerstag und Sonntag und an Zen-Tagen während des Jahres gemeinsam Zazen (Sitzen in Versenkung = Zen Meditation) geübt und Zeremonien durchgeführt.

Der Suchende findet im Schloss keinen mystischen oder geheimnisvollen Ort, vielmehr geht es im Zen um die Übung von Achtsamkeit, Präsenz und Konzentration in jedem Augenblick des Lebens. Es geht darum sich auf das Leben einzulassen und sich seiner ständigen, leidvollen Bewertungen bewusst zu werden. Dazu muss man sich vom Denken, von Meinungen und Ideen, von Ich-Konzepten lösen – kein richtig oder falsch, kein Mögen oder Nichtmögen, aber auch kein Träumen oder Ausruhen.

Dem leidenden Menschen, der inneren Frieden und Gleichmut sucht, ruft Zen seine leitende und paradoxe Botschaft zu: „Gib dein Suchen auf! Du kannst nicht finden, was du nie verloren hast. Du selbst bist Buddha.“ Diese Botschaft kann nur durch sich selber erfahren werden. Zen ist eine Überlieferung außerhalb jeder Doktrin. Die Übung unterweist den Menschen im Gewahr werden der Herz-Geist-Verbindung, ohne andauernd der automatischen und lärmenden Stimme des Verstandes zu folgen.

Als Beobachter Emotionen und Projektionen wahrnehmen und vorbeiziehen lassen, auflösen, um Eins zu werden. Wie es der Schirmherr des Zentos, der japanische Zenmeister Harada Roshi immer betonte: "Zen mit Zazen zermalmen."

Taiku Güttler Roshi vermittelt Zazen und die Zen-Praxis im Alltag unermüdlich, unbeirrbar und wird mit fast 80 Jahren nicht müde, diesen Weg vorzuleben und zu lehren.

Er fordert hierfür von seinen Schülern Anstrengung und macht seit dreißig Jahren beharrlich und mitfühlend klar, dass es im Zen nicht um Wunscherfüllung geht: „keine Vorstellung muss erfüllt werden“ – es gibt kein Ziel zu erreichen.

Er ist der Bergführer der Seilschaft, wie er oft sagt und der Anstieg zum Gipfel kann nur gelingen, wenn sich alle aufeinander verlassen können und ihr Bestes geben – Tun was zu tun ist. „Fester Glaube, brennendes Verlangen und große Anstrengung sind die Grundlage des Übungsweges. Jeder, der den Zen-Weg als Lebensweg gehen will, muss zuerst bodaishin, einen den Weg suchenden Geist in sich entwickeln.“

Es geht um das Heilwerden und "die Rückkehr zu dem der Du warst, bevor Deine Eltern geboren wurden" und es braucht einen Lehrer und eine Gemeinschaft. Diese Gemeinschaft heißt im Buddhismus Sangha - die einen begleitet, wenn Zweifel und Widerstände zu groß werden, wenn Ängste und Sorgen einen bedrängen oder das Ego die Kontrolle übernimmt.

Es gibt nichts zu erreichen, Herkunft oder Status sind unwichtig, es geht immer wieder nur darum, ganz und gar in den Moment einzutauchen – um dies dann täglich in allen Lebensbereichen fortzuführen. Zen ist keine Flucht vor dem Leben, vielmehr führt es genau in das Zentrum des Daseins hinein.

Nur wenn wir uns bedingungslos in die Schleiftrommel des Lebens werfen, uns gegenseitig reiben, können, wie Taiku Güttler Roshi es formuliert, aus den Rohlingen durch den gemeinsamen Schleifprozess, Diamanten sichtbar werden. Dann offenbart sich der eigentliche und jedem innewohnende, gemeinsame Urgrund.

„Unser Geist ist wie das Meer, große kleine Wellen und wenn viele verschiedene Ansichten und Meinungen vorhanden sind, gibt es viele große Wellen und stürmischem Wind. Aber wenn der Wind sich legt, werden die Wellen klein und wenn kein Wind mehr bläst ist das Wasser ein klarer Spiegel in dem sich alles so spiegelt, wie es wirklich ist: Berge, Flüsse, Wälder, Bäume, Tiere und Menschen.“

www.kakunen-zen.de

Kakunen-Ji
Zen-Tempel „Offene Weite“
Schloss Wachendorf
53894 Mechernich
per Email: info@kakunen-zen.de
telefonischer Kontakt: 02486 – 632