

Lebensbogen

Wie Form vergeht und Praxis weiterlebt

Herzlich willkommen zum zweiten Zazenkai hier im Bethaus.

Beginnen möchte ich heute mit dem Haus, in dem wir hier üben.

Es trägt den Namen Schul- und Bethaus Wiedikon.

Und die Frage ist: Was ist eigentlich ein Bethaus?

Bethäuser gehören in den weiteren Zusammenhang der Reformation, auch wenn sie erst später entstanden.

Wiedikon gehörte kirchlich lange zu St. Peter in der Altstadt.

Erst 1791 erhielt die Gemeinde hier ein eigenes Schul- und Bethaus, dazu einen Friedhof.

Ein Bethaus war ursprünglich kein grosses repräsentatives Gotteshaus.

Es war ein einfacher Ort des Betens, Hörens, Lernens und Sammelns.

Gerade das passt gut zu unserer Praxis. Wir brauchen nicht zuerst etwas Grosses oder Besonderes. Ein schlichter Raum genügt.

Frühling und Herbst

Und heute üben wir im April - also in der Frühlingszeit. Die Skisaison endet mehr oder weniger an diesem Wochenende, einige Skiorte hatten schon Ostern den Betrieb eingestellt. Wir sind im Übergang. Nach dem Winter kommt jetzt die frische und belebende Zeit des Frühlings. Überall brechen die Blüten auf und versetzten Bäume, Wiesen und Wälder in neue Farben. Wir können wieder auf dem Balkon sitzen und die Sonne mit ihren wärmenden Strahlen geniessen. Unsere Wohnung hat im Garten einen kleinen Baumbestand, hauptsächlich Haselnuss-Sträucher. Im Winter - ohne Blätter - ist alles offen und jetzt wird es wieder blickdicht. Uns gibt das ein gutes Gefühl. Als ob es uns schützen würde. Viele kennen dieses lebensspendende Gefühl des Frühlings.

Mit dem gleichen Atemzug möchte ich den Herbst nicht aus den Augen verlieren. In 6 Monaten ist es dann soweit. Die Blätter werden mit Sicherheit wieder fallen.

Dōgen sagt dazu im Genjōkōan einen schlichten und tiefen Satz:

Selbst wenn dies alles so ist, fallen die Blüten, obwohl wir es bedauern, und wächst Unkraut, obwohl es uns nicht gefällt.

Es ist Täuschung, wenn wir uns selbst antreiben, die zehntausend Dinge willentlich zu praktizieren und zu erfahren.

Es ist Erwachen, wenn die zehntausend Dinge uns selbst auf natürliche Weise praktizieren und erfahren.

Der Frühling erscheint uns als schön und angenehm. Und im Allgemeinen begrüssen wir den Herbst oft mit "Schade, dass die schöne Zeit wieder vorbei ist". Und auch das windige, nasse Wetter stösst nicht unbedingt im Oktober und November auf Gegenliebe.

Und so können wir den Satz "Es ist Täuschung, wenn wir uns selbst antreiben, die zehntausend Dinge willentlich zu praktizieren" so einordnen:

Wir treiben uns selbst an, wenn wir das Fallen der Blüten bedauern. Denn dies heisst: "Ich möchte nicht, dass sie fallen. Ich möchte den Fortbestand des schönen Zustands."

Und damit sind wir beim oft zitierten Greifen bzw. Anhaften. Ohne Greifen und ohne Anhaften und auch ohne Ablehnen nähern wir uns dem dritten Satz im Vers:

Es ist Erwachen, wenn die zehntausend Dinge uns selbst auf natürliche Weise praktizieren und erfahren.

Auch das fallende Blatt ist eines dieser zehntausend Dinge.

Es begegnet uns, es zeigt sich, es unterweist uns – wenn wir still genug sind.

Von den zehntausend Dingen praktiziert zu werden, heisst für mich: wahrnehmen, was erscheint.

Schönes als schön, Unangenehmes als unangenehm.

Und was ausbleibt, ist der Kommentar des Selbst.

Ich erfahre und spüre alles – aber ich klebe nicht daran.

Dies ist für mich ein ganz starker Zugang zu unserer Lehre.

Andy Goldsworthy



Andy Goldsworthy macht Kunst aus Blättern, Zweigen, Steinen, Schnee.

Er ordnet sie mit grosser Geduld, fast liebevoll.

Aber er macht nichts für die Ewigkeit.

Er überlässt das Werk wieder dem Regen, dem Wind, dem Schmelzen, dem Zerfallen.

Das berührt mich.

Denn auch wir versuchen so oft, Formen festzuhalten.

Einen Ort. Eine Zeit. Ein Bild. Eine Blüte.

Aber das Leben hält nicht still.

Im Zen geht es darum, das nicht nur zu wissen, sondern es zuzulassen.

Die Blume fällt.

Das Blatt löst sich.

Der Ort verändert sich.

Und doch ist nichts verloren, wenn wir ganz gegenwärtig sind.

Der Künstler pflegt eine Webseite mit monatlich neuen Werken: <https://andygoldsworthystudio.com/>

Betrachten wir die vier Jahreszeiten unter dem Aspekt des Erwachens, so können wir den Jahresbogen so betrachten.

„Der Frühling steht für Aufbruch, Saft, Austrieb.

Der Sommer für Fülle und Kraft.

Der Herbst bringt Reife, Farbe, Loslassen.

Und auch der Winter ist nicht bloss Mangel: er ist Sammlung, Konzentration, Wesentlichkeit.“

Übung

Und was heisst dies für uns und für unsere Übung?

- Das Anhaften an Vorstellungen und frei erfundenen Geschichten sein lassen.
- Dazu gehört im ersten Schritt: das Erkennen der Vorstellung! Ganz wach sein.
- Den anstehenden Wandel nicht abwehren. Alles unterliegt der ständigen Änderung und befindet sich in unzähligen Abhängigkeitsbeziehungen.
- Unsere Übung lautet: lass dich von diesem Morgen, diesem Raum, diesem Atem und allen anderen Dingen leben.

Klaus-Peter Wichmann

18.04.2026 – Teishô Zazentag im Bethaus Wiedikon

www.parami.ch
