



Newsletter
Juli 2025



Bild: Paul Dürer mit KI

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten
Liebe Fördermitglieder, Freundinnen und Freunde des Raums für spirituelle Wege

Ein junger Mönch steht auf seinem Weg vor einem breiten Fluss und überlegt ratlos, wie er ans andere Ufer gelangen kann. Er ruft einem weisen Meister am gegenüberliegenden Ufer zu:

“Oh Meister, wie komme ich auf die andere Seite dieses Flusses?“ Der Meister antwortet: “Mein Sohn, du bist bereits auf der anderen Seite.“

Der Mönch will auf die andere Seite des Ufers. Damit ist symbolisch gemeint: Er sucht nach einem spirituellen Erwachen – in der Kontemplation würde man da vom göttlichen Bewusstsein und im ZEN von der Buddha-Natur sprechen. Überraschender Weise sagt der Meister: “Du hast das andere Ufer – also die Buddha-Natur - bereits erreicht. Das bedeutet: “Dein Ziel liegt nicht in der Zukunft und auch nicht außerhalb von Dir.“

Im Zen ist die “Buddha-Natur“ zentral: Doch was ist damit genauer gemeint?
Die Buddha-Natur ist nicht eine besondere Eigenschaft, die nur einige Auserwählte besitzen, sondern das Potential zur Buddha-Natur ist bereits in jedem von uns angelegt. Praktiken wie Meditation dienen nur dazu, das entsprechende Potential zu aktivieren, d.h.: Da ist bereits in jedem von uns ein spirituelles Bewusstsein angelegt, doch unsere gewohnheitsmäßigen konzeptionellen Gedanken, Bewertungen, Anhaftungen und eingrenzenden Ich-Identifikationen versperren den Zugang dahin.

Auf unserem Kissen üben wir ein, all diese Begrenzungen & Anhaftungen LOSZULASSEN. Langsam öffnet sich der Weg - jenseits unserer konzeptionellen Vorstellungen - hin zu unserer wahren Natur. Ohne Hindernisse im Geist, offenbart sich im reinen Gewahrsein: EINHEIT, Mitgefühl & Weisheit.

Hierzu gibt es ein bekanntes Gleichnis des japanischen Meister Hakuin aus dem 18. Jahrhundert:

“Wir gleichen jemandem, der mitten im Wasser steht und vor Durst nach Wasser schreit.“ Mit dem “durstigen Menschen im Wasser“, wie oben im Bild dargestellt, will Hakuin darauf hinweisen, dass viele von uns ihre wahre Natur noch nicht erkannt haben, obwohl wir quasi schon mitten in ihr stehen. Und so leben wir unseren Alltag mit anhaftenden Unzufriedenheiten & Sehnsüchten wie Besitz, Karriere, zwanghafte Wünsche nach vermeintlichem Glück und haftenden Beziehungen, statt innezuhalten und im eigenen Gewahr-Werden zu ERLEBEN, dass unsere wahre Natur jenseits von alldem zu finden ist.

Schon allein das Vertrauen darauf, dass wir eigentlich “schon am Ziel sind“ – dämpft unser zwanghaftes Suchen und schafft mehr Raum für Gelassenheit und inneren Frieden. Daher kommt auch der berühmte Ausspruch: “Der Weg ist das Ziel“. Die tiefgreifende Dimension zu diesem Satz ist nicht leicht auszuloten. Denn es dreht sich nicht nur allein um die bewusstseinsmäßige Zuwendung zum JETZT, sondern auch um das tatsächliche ANKOMMEN im JETZT.

ANKOMMEN im Ankommen; das ist der Weg und zugleich das Ziel: Wenn ich gehe: GEHE ich. Wenn ich esse: ESSE ich. Wenn ich mich freue: FREUE ich mich. Wenn ich traure: TRAURE ich.

Immer nur dieses EINE; nichts daneben, nichts davor & nichts danach: einfach nur DIES.

Mit herzlichen Grüßen
Paul