



Bild: Kerstin Engler

***Grüner Wildbach – klar der Quelle Wasser,
Kalter Berg – weiß des Mondes Hof.
Schweigende Erkenntnis, der Geist von selbst erleuchtet,
die Leere schauend, geht der Wahn in Stille über.
(Hanshan/7.Jhr.)***

Liebe Weggefährt*innen und Freund*innen des Raums für spirituelle Wege

Im Außen spiegelt sich das Innere. Die Welt zeigt sich uns in Polaritäten. Auch in den Polen Krieg und Frieden.

Im ZEN wird von *Nicht-Zweiheit* gesprochen, d.h. dass die Trennung von Subjekt und Objekt, Selbst und der Welt, sowie Form und Leere eine Illusion ist. *Es ist die Erfahrung, dass alle Gegensätze in einer einzigen, unteilbaren Wirklichkeit verschmelzen.* Es bedeutet nicht nur „eins“, sondern jenseits der Konzepte von „eins“ und „zwei“ zu stehen und damit die Unterscheidung zwischen gut/schlecht, Leben/Tod und Buddha/Lebewesen aufzugeben. Denn Konzepte entstehen aus unserem Denken, aus unseren Vorstellungen heraus und versperren uns das Erleben dieser unteilbaren Wirklichkeit.

Friedensarbeit ist Bewusstseinsarbeit und bedeutet vor allem auch die eigenen kriegerischen Haltungen zu erkennen, sich nicht als getrennt von dem was in der Welt passiert, wahrzunehmen. Die Kämpfe gegen sich selbst, gegen das was ich nicht sein möchte oder was ich an Anderen zutiefst ablehne, wahrzunehmen und wie diese schließlich in Abwertung/oder Bevorzugung münden und zu Handlungen führen, welche spalten und schließlich zerstörerisch wirken.

Es geht darum, dass ich mir dies anschau im Innen (bei mir selbst), als auch im Außen (in der Welt), es akzeptiere und annehme – ohne es gut finden zu müssen oder keine Meinung haben zu dürfen.

Durch dieses Bewusstsein entsteht eine Präsenz, entsteht Mitgefühl und ein den Umständen gemäßes Handeln, welches sich ganz unmittelbar im *Hier und Jetzt* zeigt. Unser Ego sieht nicht das Leben als Ganzes, sondern sich nur als Einziges. Das Ego zeigt sich in Absichten, im Wollen, einfach in Vorstellungen, wie es sein soll.

In dem Moment, wo ich ganz im Augenblick - und dem was gerade ist - bin, lebt mich das Leben ganz unmittelbar und klar und handelt immer den Umständen gemäß.

Lasst uns dies üben - auf unserem Kissen und in jedem Augenblick unseres Lebens.

Seid herzlich begrüßt, Gasshō Kerstin