

A traditional Japanese garden scene. In the foreground, a gravel path leads from the bottom right towards the center, bordered by a simple rope fence supported by dark wooden posts. To the left of the path is a small stream with mossy rocks and green reeds. The background is filled with dense, vibrant green trees and shrubs. A traditional Japanese building with a tiled roof is partially visible on the right side. The overall atmosphere is peaceful and natural.

# SCHNELL ESSEN, SCHNELL KACKEN

Roman von Shosan

Edition Unik

## VORWORT

Eigentlich sollte der Titel „Zen und die Kunst schnell zu essen, schnell zu kacken oder vergiss die Romantik“ heißen! Ich habe mich aber für den Titel „Schnell essen, schnell kacken“ entschieden. Im Zen-Buddhismus könnte man es als Koan bezeichnen – ein Paradoxon.

Apropos Romantik, kennen wir doch, das hat so seine Tücken. Überhaupt, was ist Romantik? Romantik wird, so steht es im Lexikon, oft in Verbindung mit einem anderen Wort gebraucht, wie zum Beispiel romantische Liebe, romantische Musik, romantische Gegend usw. Könnte Romantik also auch etwas mit dem Wort schnell zu tun haben? Ich denke ja. Kaum hat sie angefangen, ist es mit der Romantik auch schon wieder vorbei. Tätigkeiten wie Essen, Gehen, Schlafen und eben auch Ausscheiden müssen unter bestimmten Umständen sehr schnell geschehen – alles im Hier und Jetzt.

Vielleicht sind wir uns einig: Das, was wir uns vor-

stellen, existiert in Wirklichkeit nicht. Es findet nur in unserem Verstand statt, ist also eine reine Illusion und ohne Substanz. Darum sprechen wir im Zen von der Leere. Solltest du aber genau wissen wollen, was Leere ist, kann der geneigte Leser unter Shunyata-Lehre, nachschlagen – der Lehre von der Leere des Nichts. Man kann aber auch den vorliegenden Roman lesen.

Ein Schüler fragte mich:

>Wann wurde Buddha geboren<?

>Frage nichts, das du irgendwo lesen oder nachschlagen kannst.<

Übrigens auch über Romantik.

Aber warum alles so schnell gehen muss, ist damit nicht schlüssig beantwortet! Wer einmal ein Sesshin, eine längere Periode, in der man mit sich selbst beschäftigt ist oder auch eine dreitägige Zazen-Periode mitgemacht hat oder sogar in Japan in einem Kloster

war, hat erfahren, dass alles schnell gehen muss. So paradox es tönt: Obwohl alles schnell geht, hat man am Ende trotzdem keine Zeit für sich herausgeholt.

Aber warum, fragst du dich, >wäre da nicht Stress angesagt?<

Nun, da wir im Hier und Jetzt sind, ist man bei jeder Arbeit auf das Tun konzentriert. Das bedeutet, dass alles relativ schnell, respektive effizient vonstatten geht. Würde man jede Arbeit langsam und bedächtig angehen, hätte man zu viel Zeit über unmögliche Dinge nachzudenken. Man könnte seinen Gedanken nachhängen, ihnen freien Lauf lassen und vielleicht, je nach Situation, jemand ein wenig würgen oder dergleichen. Warum in einem Kloster derartige Gedanken aufkommen? Das wirst du noch erfahren. Aber, Buddha sei Dank, wir wissen jetzt: Gedanken sind reine Illusionen.

Konzentration und Achtsamkeit auf Mensch und Tier – bei allem was wir tun – das ist der Zenweg – „Zen

im Alltag“ von Shunryu Suzuki.

By the way, hast du dich auch schon einmal gefragt, nachdem du am Ziel angekommen warst: Wo war ich während der Fahrt? Wie oft bin ich Gedanken nachgegangen, wie oft und wie lange war ich wirklich im Hier und Jetzt, als ich das Fahrzeug gesteuert habe? Ein Gegensatz dazu ist zum Beispiel die Zeit, in der wir verliebt sind. Dann bereiten wir uns sehr bewusst auf ein Rendezvous vor, jedes „Zurechtmachen“ vollzieht sich hier und jetzt. Wenn wir Gefühle mit einer geliebten Person teilen, sind wir dann nicht jede Sekunde sehr aufmerksam – im Hier und Jetzt?

Wie war das noch mit der Illusion? Ähnlichkeiten mit lebenden oder toten Personen und realen Handlungen sind auch im vorliegenden Roman rein zufällig.

## PROLOG

Schon Tage vor dem Abflug hatte ich Schmetterlinge im Bauch. Ich war nicht verliebt. Nein, seine Schmetterlinge flatterten auf Grund einer höheren Bestimmung. Ich stellte mir vor, dass das, was ich vor hatte, recht unangenehm werden könnte. Ich wusste auch, dass nichts so wird, wie man es sich vorstellt. Nichts wird so heiss gegessen, wie es gekocht wird, dachte ich so nonchalant. Es kann nur besser werden. Und von der Decke herab sprach eine Stimme:

>Lächle und sei froh, es könnte schlimmer sein<, und ich war froh. Und siehe da: Es kam noch schlimmer.

Als ich erstmals vor Jahren den Namen des Klosters „Fusan-ji“ hörte, war ich im Zen ein blutiger Anfänger. In jugendlichem Leichtsinn stellte ich mir vor, ich würde einmal in ein Kloster gehen. Ich wusste

nicht, wovon ich sprach. Ich hatte eine romantische Vorstellung vom Klosterleben. Wenn ich ins Kloster gehen würde, stellte ich mir vor, träfe ich dort eine heile Welt an. Pustekuchen! Mönch sein heisst: Sich um nichts kümmern müssen! Während der Jahre als Zen-Adept, in denen ich mich im Zazen-Sitzen übte und langsam zu verstehen begann, was Zen war, hörte ich immer wieder den Namen: >Fusan-ji.<

Man konnte über Zen nachdenken, man konnte darüber sprechen, aber das war nicht Zen. Nach und nach begriff ich: Wenn ich Zen erklären könnte, wäre es nicht Zen. Ich stellte fest, dass über den Begriff Zen und erst recht über Enlightenment, Satori, Erwachen ein Mantel des Schweigens gelegt ist.

Sagte mein Lehrer:

>Wüsste man, wovon man spricht, würde man nicht davon reden!<

Einer der wenigen Lebenden, der offen darüber

spricht und alle Zuhörer auffordert, achtsam zu leben, um Erleuchtung zu erlangen, ist Eckhart Tolle, „Jetzt“. Allerdings ist er kein Zenmeister.

Der Satz ist aber genauso paradox wie jenes Koan vom „Zusammenschlagen beider Hände“:

>Hört ihr den Ton der anderen Hand?<

Immer mehr erfuhr ich von der wundersamen Welt des Zen. Ich sass fast täglich. Stunden-, wochen-, monate- und jahrelang. Tiefer und tiefer drang ich in die Geheimnisse des Zen ein. Ich erfuhr, dass

>Mu shoh toku<, Arbeit ohne Verdienst, die Tugend des Zen war.

Ich spürte, dass ich werden würde, was ich war und dass alles sich so ereignen würde, wie ich es für mich richtig ist. Super, dachte ich. Nur die Zeit musste dafür reif sein! Eines Tages war es aber dann soweit, ich wusste nicht, wie mir geschah. Als

der Meister sah, dass sein Zenschüler mit Zen nichts mehr erreichen wollte und vermutlich den Rest seines Lebens mit Zazen verbringen und keine Fragen mehr zu Urzeiten stellen würde, erteilte man ihm die Bodhisattva-Ordination und gab ihm einen buddhistischen Namen. Ich hatte Fabian-Roman Basil geheissen, jetzt hiess ich Monsan: Bergtor. Auch bei dieser Gelegenheit hörte ich en passant immer wieder den Namen jenes geheimnisumwitterten Klosters. Der Gedanke, den beschwerlichen Weg des Klosteralltags zu begehen, nahm in mir immer mehr Gestalt an. Ohne, dass ich damit etwas erreichen wollte, gelangte ich zu weiteren Ehren. Es lag im Fluss der Zeit, dass ich Mönch und buddhistischer Priester wurde. Ich erhielt den Priesternamen Funen: der Wind, der jedes Jahr über die Berge weht. Monsan Funen.

Immer wieder hörte ich den Namen des Klosters, das mich so geheimnisvoll anzog. In der Zwischenzeit hatte ich ein eigenes Dojo und praktizierte mit einigen Zenkas. Als ich eines Tages von einem Fern-

sehprogramm zum anderen zappte, blieb ich in einer Sendung hängen, in der von einem Italiener die Rede war, der in Japan ein Kloster übernommen hatte. Es wurde vom Alltag im Kloster gesprochen, vom Tagesablauf, von der Struktur sowie darüber, für was oder wen man in dieses Kloster geht usw. Jetzt fiel wieder der Name des Klosters, von dem ich zwanzig Jahre zuvor zum ersten Mal gehört hatte. Nach der Sendung versuchte ich stundenlang im Internet den genauen Namen des Klosters herauszufinden, weil ich ihn fast wieder vergessen hatte. Obwohl ich jetzt so viel über das Kloster gehört hatte, hatte ich mir dennoch den genauen Namen nicht merken können und er ging wieder in Vergessenheit. Der Name hörte sich nicht einfach an. Die Zeit war wohl noch nicht reif dafür! Bei einer anderen Gelegenheit kam ich - aus welchen Gründen auch immer - über die Seite Soyahaus, von der ein Link ausging, zum richtigen Namen des Klosters. Ich erinnerte mich wieder, das war der richtige Name, ich wusste, was Zufall bedeutete, das war definitiv keiner: Es fällt einem zu! Ich wusste schlagartig, dass es meine

Bestimmung war, in dieses Kloster zu gehen. In den nächsten Wochen überfielen mich aber immer wieder Zweifel. Ich suchte nach allen möglichen Ausreden, die Reise zu vermeiden. Jetzt fehlte mir die Courage, es war mir nicht mehr geheuer, ich bekam Muffensausen. Ich suchte nach Ausreden. Ich redete mir ein, ich könne mit dem Kloster keinen Kontakt aufnehmen, würde zur gewünschten Zeit keinen Flug bekommen oder auf Grund einer imaginären Krankheit daran gehindert werden usw. Aber leider trat keines der Hindernisse ein, denen ich die Schuld hätte zuschieben können. Ohne Probleme konnte ich mich anmelden. Man hiess mich willkommen. Last but not least buchte ich meinen Flug sogar zu einem guten Preis. Nichts stellte sich mir in den Weg, keine Krankheit trübte die Erwartung. Monsan Funen war kerngesund. Es war, als führte mich eine unsichtbare Hand zu meinem Ziel, aufs Schafott. Das Damoklesschwert fiel.