

## 4 Das Einfangen des Ochsen



*Ich bezwinde ihn  
in einem schrecklichen  
Kampf.  
Sein großer Wille  
und seine wilde Kraft  
sind unerschöpflich.*

*Bald rennt er  
ins Hochland hinauf,  
weit über Dunst und Nebel,  
bald verweilt er  
in einer unzugänglichen  
Schlucht.*

Schon auf dem ersten Ochsenbild hatte der Suchende den Strick bei sich. „Haben wollen“ war seine Motivation, „an die Leine nehmen“ sein Ziel. Haben, nicht sein – gemäß der buddhistischen Psychologie ist die „Gier“ eines der drei Geistesgifte, die uns leiden lassen. Aber diese Phase ist am Beginn des Weges wohl unvermeidlich.

Nun kommt der Strick zum Einsatz. Dem Hirten ist es gelungen, ihn dem Ochsen überzuwerfen. Er ist jetzt mit dem Ochsen verbunden, der Ochse mit ihm.

Aber damit ist es nicht getan. Das Tier muss noch „in einem schrecklichen Kampf“ bezwungen werden. Dieses zerrt den Menschen hinter sich her, „bald ... ins Hochland hinauf“, bald in die Tiefen einer Schlucht. Es ist ein einsamer Kampf. Der Hirte kämpft ihn ganz allein. Und der Eigenwille des Ochsen „und seine wilde Kraft sind unerschöpflich“.

Doch „wenn der Ochse unser so genanntes Wahres Selbst ist..., warum muss er dann gebrochen und gezähmt werden?“, fragt der Zen-Meister Jeff Shore. Und er fährt fort: „Jedenfalls müsst **ihr** hier am Ball bleiben ... Pack den Stier bei den Hörnern, mit deinem ganzen Sein, und lass ihn nicht mehr los!“ Es ist ein Kampf, weil der Hirte noch nicht bereit ist für ein einträchtiges Zusammensein mit dem Ochsen. Gemäß Kuo-an, dem Erfinder des zehnteiligen Ochsenzyklus, geht es darum, alte Gewohnheiten loszuwerden. Und es sei durchaus notwendig, dazu zur Peitsche zu greifen.

Den Kampf kämpft man in [Gyoji](#), dem unaufhörlichen Üben. Oder, wie es eine Budo-Metapher ausdrückt: durch sessa-takuma, „Schleifen und Polieren“. Wie der Schwertschleifer mit den immer gleichen Bewegungen die Schärfe und Brillanz einer Klinge herausarbeitet, so schärfen Zen- oder Aikido-Übende durch die ständig gleiche Praxis ihren Geist und machen ihn bereit. Das kann streckenweise äußerst mühsam sein...

**Welche Erfahrungen hast du mit dem Aikido als „Ringern“ und „Kampf“?**

**Welche inneren Gegner sind dir entgegengetreten?**

**Gab es Momente, wo du resigniert aufgeben wolltest?**

**Gab es Erfahrungen des Sieges?**

Literatur: Die drei Pfeiler des Zen. Lehre – Übung – Erleuchtung (Hg. Philip Kapleau) Bern – München – Wien <sup>3</sup>1975, 411; Ohne Worte – ohne Schweigen. 101 Zen-Geschichten und andere Zen-Texte aus vier Jahrhunderten (Hg. Paul Reps) Bern – München – Wien <sup>2</sup>1977, 174; *Shore, Jeff:* Kein Ochse: Die Ochsenbilder des Zen – gedeutet für die Gegenwart ([https://beingwithoutself.files.wordpress.com/2015/11/die-ochsenbilder-des-zen\\_jeff-shore\\_deutsche-fassung.pdf](https://beingwithoutself.files.wordpress.com/2015/11/die-ochsenbilder-des-zen_jeff-shore_deutsche-fassung.pdf); Zugriff: 29.3.2020)

Abbildung: Georg Schrott.