

5 Das Zähmen des Ochsen



Peitsche und Strick sind nötig,
sonst läuft er weg,
eine staubige Straße hinab.
Wird er umsichtig gehütet,

bis er zutraulich und sanft ist,
dann folgt er
aus eigenem Antrieb
seinem Herrn.

Der Ochse ist nicht nur gefunden, sondern auch gezähmt. Ohne „Peitsche und Strick“ geht es immer noch nicht. Aber das Verhältnis hat sich umgekehrt: Der Hirte wird nicht mehr vom Ochsen dirigiert, sondern der Ochse vom Hirten, der nun zum „Herrn“ des Tieres geworden ist. Das vorherige Ringen hat sich zu einer symbiotischen Beziehung verwandelt, wie sie für die Beziehung zwischen Haustier und Halter charakteristisch ist. Der Strick ist da, aber er ist nicht straff gespannt. Der „sanft“ gewordene Ochse folgt nun willig.

Vielleicht lässt sich diese Phase des Zen-Weges mit jenen Momenten im Aikido vergleichen, wenn es erste Erfahrungen von brechungsfreiem Gelingen gibt. Körper und Geist wirken als Einheit. Die Energie des Nage harmonisiert sich mit der des Uke. Der Wurf geschieht wie von selbst. Uke davon, fällt aber völlig angenehm. Augenblicke dieser Art sind ein prägendes Erlebnis für beide Übende. Ich kann mich auch noch nach vielen Jahren an einige solcher Situationen erinnern, in denen „es geschah“. Meist war ich Uke...

Solche Harmonie ist aber noch nicht von Dauer. Es ist ja auch erst die Hälfte der zehn Stationen geschafft. „Peitsche und Strick“, „Schleifen und Polieren“ sind weiterhin notwendig, um die Fähigkeiten unseres Körpers und unsere mentale Gestimmtheit weiterzuentwickeln.

Was waren deine ersten Erlebnisse von „Aikido-Stimmigkeit“?

Hast du sie als Nage oder als Uke erlebt?

Kannst du sie sehr deutlich imaginieren? Welche Gefühle lösen die Imaginationen aus?

Literatur: Die drei Pfeiler des Zen. Lehre – Übung – Erleuchtung (Hg. Philip Kapleau) Bern – München – Wien ³1975, 412; Ohne Worte – ohne Schweigen. 101 Zen-Geschichten und andere Zen-Texte aus vier Jahrhunderten (Hg. Paul Reps) Bern – München – Wien ²1977, 176; *Shore, Jeff*: Kein Ochse: Die Ochsenbilder des Zen – gedeutet für die Gegenwart (https://beingwithoutsself.files.wordpress.com/2015/11/die-ochsenbilder-des-zen_jeff-shore_deutsche-fassung.pdf; Zugriff: 4.4.2020).

Abbildung: Georg Schrott.