

# Das Erwachen zum wahren Selbst



## Hörbuch zu einem sinnerfüllten Leben

In seinem aktuellen Hörbuch weist Zen-Meister Zensho W. Kopp auf das Mysterium von Leben und Tod hin.

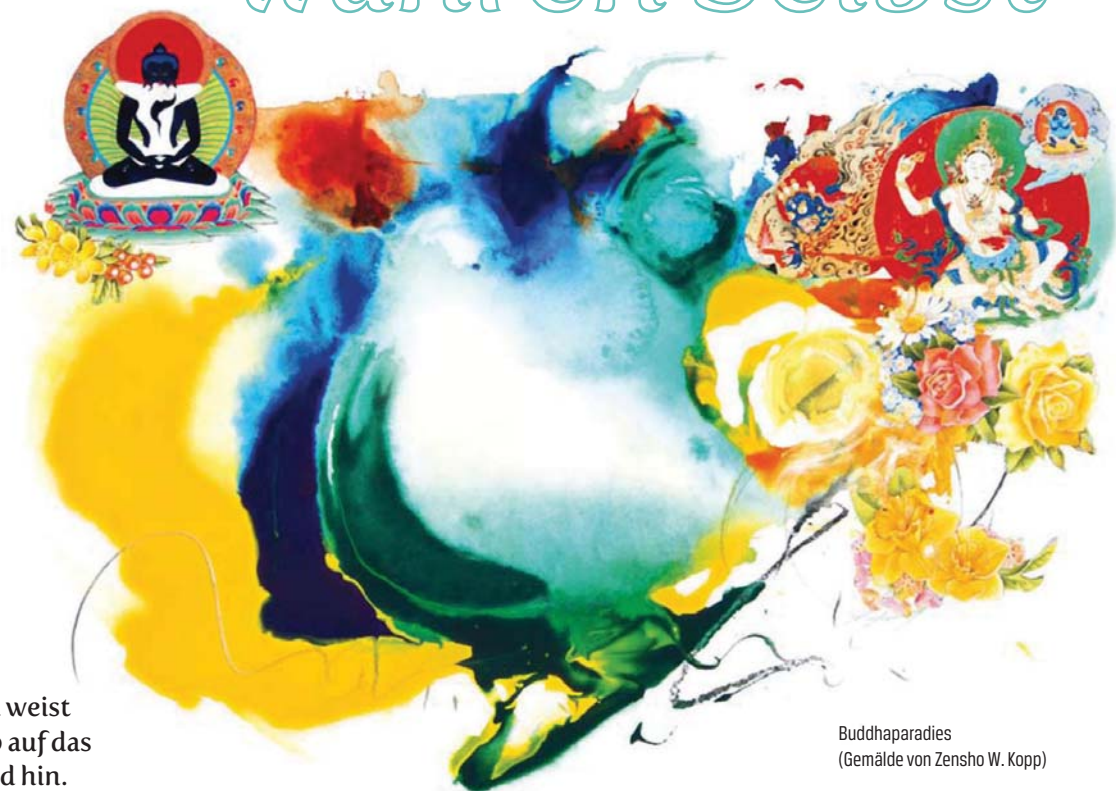
Ein alter Zen-Meister, der von Räubern umgebracht werden soll, bittet im Angesicht des Todes darum, ein Abschiedswort zu Papier bringen zu dürfen. Er schreibt: „Heute ist mein Glückstag, denn ich werde in das Buddha-Paradies des grenzenlosen Lichtes eingehen. Schlagt nur zu! Worauf wartet ihr noch?“

Zensho W. Kopp meint dazu: „Die meisten Menschen haben Angst vor dem Sterben, doch das ist vollkommen unnötig. Denn unser wahres Wesen beginnt weder mit der Geburt noch vergeht es mit dem Tod. Es ist allgegenwärtig, still und rein und außerhalb von Raum und Zeit. Als die reine Ur-Quelle allen Seins ist es ungeboren und unzerstörbar.“ Dieses tiefgründige Wissen um die absolute Todlosigkeit unseres wahren Seins durchzieht das ganze Hörbuch.

Mit klaren Worten zeigt uns Zensho, wie die trügerische Natur aller Erscheinungen durchschaut werden kann, so dass wir uns über unsere konditionierte Sichtweise erheben können. Die Welt ist nicht, was sie zu sein scheint. Was wir als scheinbar so festgefügte Materie wahrnehmen, besteht – davon ist inzwischen auch die moderne Wissenschaft überzeugt – aus immateriellen Schwingungen. Alle Dinge, auch unser Körper, entsprechen lediglich unseren Vorstellungen. „Wir glauben zwar, uns in einer dreidimensionalen Welt zu bewegen, die getrennt von uns existiert – doch in Wirklichkeit findet alles nur im Geist statt“, sagt Zensho. Und der Vedanta-Meister Ramana Maharshi sagt: „Das Universum ist nur ein vom Geist erschaffenes Objekt, das im Geist existiert. Nur unsere Gewohnheit, die Welt als real und außerhalb unserer selbst zu sehen, verdeckt unser reines, wahres Sein.“

## WIE GROSS IST DAS MEER?

Für unseren menschlichen Verstand ist dies alles schwer verständlich, doch ist es sehr anzuraten, solche Erkenntnisse nicht einfach abzulehnen, weil man sie momentan nicht begreifen kann. Man sollte sich klarmachen, wie begrenzt letztlich doch unser menschliches Vorstellungsvermögen ist. Zensho führt dazu ein altindisches Gleichnis an:



Buddhaparadies  
(Gemälde von Zensho W. Kopp)

Es war einmal ein Brunnenfrosch, der seit seiner Geburt in einem Brunnen lebte. Als eines Tages ein Fisch aus dem nahegelegenen Meer in den Brunnen sprang, fragte er diesen, woher er komme, und der Fisch antwortete: „Aus dem Meer“. Der Brunnenfrosch wollte nun wissen, wie groß denn das Meer sei, und vollführte dazu einen gewaltigen Sprung vom einen Ende des Brunnens zum anderen. Doch der Fisch erwiderte, dass er seinen Brunnen überhaupt nicht mit der Größe des Meeres vergleichen könne, worauf der Frosch meinte, er sei ein Lügner, denn es könne überhaupt nichts Größeres als seinen Brunnen geben.

Es ist unbedingt notwendig, unser begrenztes Denken zu übersteigen, zu transzendieren, um die grenzenlose und ungeteilte Wirklichkeit hinter den sichtbaren Dingen erfahren zu können. Deshalb wendet sich Zen unmittelbar an die geistige Intuition des Menschen: „Die Wirklichkeit lässt sich nur in uns selbst finden und niemals außerhalb. Diese Wirklichkeit, unser wahres Selbst, ist die Urquelle aller Dinge.“ Wenn wir uns in den innersten Grund unseres Selbst versenken, gelangen wir zur Erfahrung unseres wahren Wesens.

## MYSTISCHER TOD UND ERLEUCHTUNG

Dem Erleben des höchsten Bewusstseins geht jedoch die Erfahrung des mystischen Todes voraus, was alle wahren Erleuchteten erlebt haben. Im Augenblick des mystischen Todes erstrahlt in uns das innere Licht. Es offenbart sich in der absoluten Leerheit des Geistes, wenn unsere Wahnvorstellung einer für sich bestehenden und von der Wirklichkeit getrennten Persönlichkeit stirbt. Wenn wir bereit sind zur völligen Hingabe an den göttlichen Urgrund und uns selbst dabei völlig loslassen, werden wir im mystischen Tod die Identität mit unserem unvergänglichen, wahren Selbst erleben.

Der indische Advaita-Vedanta-Meister Shankara drückt es mit den folgenden Worten aus: „Wie die Dunkelheit in ihrem Gegenteil, dem Licht, vergeht, so vergeht das falsche Ich mit seiner Scheinwelt, wenn das Licht Brahman – der göttlichen Wirklichkeit – im Herzen aufgeht. Wenn die täuschende Hülle fällt, wird, wer Brahman erkennt, selbst zu Brahman.“

Zen-Meister Zensho weist immer wieder darauf hin, dass dieses Erwachen zur letzten Wirklichkeit stets jenseits unseres menschlichen Vermögens liegt. Die Erleuchtungserfahrung bleibt ein göttliches Gnadengeschenk. Als solches wird es jedenfalls von denen empfunden, die von diesem Erlebnis geradezu überwältigt und im Innersten ihres Seins getroffen sind. Sie erkennen: Der Verursacher des Erlebens bin nicht ich selbst, vielmehr bin ich der Ergriffene.

Deshalb sagt Zensho: „Das Erleuchtungserlebnis geschieht immer dann, wenn wir es nicht erwarten. Dem einen wird es plötzlich und unverhofft in der freien Natur zuteil, in solchen Momenten, wenn wir entspannt loslassen bzw. selbst zum Loslassen geworden sind. Oder beim Lesen eines religiösen Textes, beim Hören einer Glocke, eines Vogelrufs, beim Betrachten einer Blume oder eines vom Baum fallenden Blattes.“

## ESSENZ

Zum Abschluss dieses besonderen Hörbuches sagt Zensho W. Kopp: „Der in der Erleuchtungserfahrung zur geburt- und todlosen Wirklichkeit seines wahren Selbst Erwachte erlebt sich als der immer Gewesene, jetzt aber hervorstrahlende Selbst-Geist. In ihm ist die Geburt Gottes im Grunde der Seele zum lebendigen Ereignis geworden. Er erfährt sich als ungeboren und unsterblich und als die Ewigkeit selbst. Er ist zum Ursprung allen Seins zurückgekehrt, zur unversiegbaren Quelle allen Lebens.“

Noch nie habe ich ein Hörbuch so oft und mit so viel innerem Gewinn angehört wie dieses kürzlich erschienene von Zen-Meister Zensho W. Kopp, das einen tiefen Einblick in die Essenz der allumfassenden Mystik gibt. Der Text, aus zehn Kapiteln bestehend, wird von Helge Heynold, einem langjährigen Sprecher, Regisseur und Redakteur beim Hessischen Rundfunk, der selbst Zen-Meditation praktiziert, hervorragend gesprochen. Man spürt, dass er von dem Inhalt des gelesenen Textes

Das Erleuchtungserlebnis geschieht immer dann, wenn wir es nicht erwarten.

(Zensho W. Kopp)



Der Aufgang des inneren Lichtes (Gemälde von Zensho W. Kopp)

überzeugt ist und versteht, was er da liest, was sich auch positiv auf den Hörer überträgt. Auch die vielen Zitate und kurzen Geschichten machen es leicht, dem Text konzentriert zu folgen.

Text: Egmont W. Einofski  
Foto und Gemälde: © Zensho W. Kopp

## HÖRBUCH



Zensho W. Kopp:  
**Das Erwachen zum wahren Selbst** (steinbach sprechende Bücher, 2013)  
Audio-CD, 74 Min.

ISBN-Nr. 978-3-86266-048-3, € 14,99