

WIE EMPFANGE ICH DEN KYŌSAKU ?



Kyōsaku bedeutet wörtlich «Stab des Erwachens». Er symbolisiert das Schwert der Weisheit des Bodhisattva Manjushri, das alle Illusionen durchtrennt. Der *Kyosaku* wird zweimal auf jede Schulter gegeben, auf eine Stelle, wo viele Akupunkturpunkte sitzen. Es handelt sich dabei keinesfalls um eine Bestrafung oder Demütigung, sondern um einen Akt der Liebe und des spirituellen Austauschs. Der *Kyosaku* wird **nur Personen gegeben, die ausdrücklich darum bitten**. Die Form, wie man darum bittet, wird im Folgenden beschrieben.

Der *Kyosaku* gilt als der Geist des Meisters und hilft, geistiges Abdriften zu unterbrechen und in die Realität des gegenwärtigen Augenblicks zurückzukehren. Mit Respekt gegeben und empfangen, bringt er die Energie wieder in Schwung und erfrischt die Aufmerksamkeit. Er führt erneut zu einer guten Spannung in Körper und Geist des Praktizierenden.

Auf den *Kyosaku* sind Gedichte (*Koan*) kalligraphiert, wie z. B. *Makumozo*, « Keine Illusionen schaffen ».



WARUM SOLLTE MAN UM DEN KYOSAKU BITTEN ?

Wenn der Geist unruhig ist, entstehen Spannungen. Dies ist der Zustand von *Sanran*. Umgekehrt, wenn Schläfrigkeit auftritt, lässt die Aufmerksamkeit nach und die Körperhaltung wird schlaff. Dies ist der Zustand von *Kontin*.

* * *

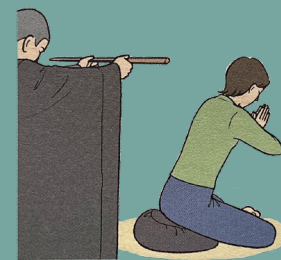
Den *Kyosaku* zu empfangen hilft dabei, den Geist wieder in einen Normalzustand zu versetzen. Und die Haltung findet erneut ihr natürliches Gleichgewicht.



WIE BITTE ICH UM DEN KYOSAKU ?

Vor dem Ende des ersten Zazen steht der Lehrer auf und geht durch die Reihen, um den Praktizierenden den *Kyosaku* anzubieten.

Wer ihn empfangen möchte, legt seine Hände in *Gassho*, wenn der Lehrer auf gleicher Höhe ist. Sodann berührt er die Person mit dem Stab an der Schulter als Zeichen dafür, sich nun gegenseitig zu begrüßen.



Dann bietet man seine rechte Schulter dar, indem man sich nach links beugt. Die Fäuste werden auf den Knien abgelegt. Der *Kyosaku* wird zweimal auf die rechte Schulter gegeben. Dann beugt man sich nach rechts, um ihn auf der linken Schulter zu empfangen. Zum Schluss verbeugen sich Lehrer und Praktizierender respektvoll voreinander.