Die 10 Ochsenbilder

Die 10 Ochsenbilder ???? vom Chan-Meister Gao'an Shiyuan stellen den spirituellen Weg auf der Suche nach dem Ochsen (Buddhanatur) da. Das heisst es bildet den Weg ab, den i.d.R. jeder Praktizierende geht. Es gibt auch andere Versionen des Ochsenbilds zB. mit 5 oder 6 Bildern.

1. Die Suche nach dem Ochsen. Der Praktizierende hat das Gefühl sich verloren zu haben. Er sucht sich selbst, jenseits seiner Verstrickungen (Angst und Gier).

2. Erblicken der Spuren. Er bekommt ein Verständnis durch das Lesen der Lehre dafür, aber er hat noch keine intuitive Einsicht und ist unsicher, wie man richtig und falsch unterscheiden soll.

3. Erblicken des Ochsens. Die ersten intuitiven Einsichten. Er nimmt sich vor mehr zu praktizieren und den Bodhisattva-Weg zu gehen.

4. Einfangen des Ochsens. Obwohl er nun die intuitive Einsicht in die eigenen "Verblendungen" (sh. Klesha, jap. "Bonn?") hat, hat er noch Schwierigkeiten im Alltag mit seinen eigenen Vorstellungen, Gedanken und Gewohnheiten (zB. Ärger über andere). Er ist sehr achtsam, übt sich zB. in Geduld und versucht sich zu zügeln.

5. Zähmung des Ochsen. Die Einsicht wird vertieft und er wird etwas milder zu sich selbst. Aber die Neigungen steigen ab und zu immernoch auf.

6. Heimritt auf dem Ochsen. Der Kampf ist beendet. Der Hirte fühlt sich leichter, als ob er nach Hause kommt und es ist einfacher für ihn auf sein Herz zu hören und auch den täglichen Ereignissen gegenüber gelassener zu sein.

7. Der Ochse ist vergessen. Der Hirte weiss um die Einheit mit seinem Geist und dass die auftauchenden Emotionen auch wieder gehen, ohne dem was hinzufügen zu wollen.

8. Der Ochse und der Hirte sind vergessen. Die Suche ist beendet. Für den Praktizierenden gibt es keinen Ochsen mehr und keinen Erwachten. Er ist selbstvergessen und ohne Ängste.

9. Zum Ursprung zurückkehren. Von Anfang an war alles da. Er nimmt die Situationen an wie sie kommen und "sieht Berge, als Berge und Flüsse, als Flüsse".

10. Betreten des Marktes mit leeren Händen. Er ist jetzt nicht nur unter anderen, sondern auch mit anderen und möchte, dass es ihnen gut geht.

sh. Oxherding Pictures / Index