

Two Reasons to practice

Formal practice is done for at least two reasons:

One: to catch a glimpse of radical nowness. A fleeting moment unclouded by habitual thoughts and emotions.

This is touching home. This is touching buddhanature.

But these are "just" moments. Usually they just pass by very quickly on their own and even if they wouldn't – there are always things to do. Cats needing food, garbage to be taken out, money to be earned for the necessities of life: Food, clothing, shelter, mp3-player ...

So, the other good reason for formal practice is building a bridge of reminding between these moments of radical nowness and the trivia and not-so trivia of what we choose to call normal life. Then maybe we don't get sucked in completely and go unconscious while still walking and talking and doing whatever we do. Just like zombies but without the funny walk.

From my point of view radical nowness unclouded by habitual thoughts and emotions is buddhanature.

Nowhere to go, nothing else to accomplish. But there may be other reasons for practice, naturally.

Zwei Gründe sich zu üben

Formelle Praxis wird aus mindestens zwei Gründen gemacht.

Erstens: um flüchtige Momente von radikaler Gegenwärtigkeit zu erleben. Vorübergehende Momente nicht vernebelt durch gewohnheitsmäßige Gedanken und Gefühle.

Das bedeutet es, nach Hause zu kommen. Das bedeutet: die Buddhanatur zu berühren.

Aber das sind "nur" Momente. Für gewöhnlich vergehen sie sehr schnell von selbst und selbst wenn sie es nicht würden – es gibt immer Dinge zu tun: Katzen, die Futter brauchen, Müll hinauszubringen. Geld, das für die Notwendigkeiten des Lebens verdient werden muss: Essen, Kleidung, ein Dach über dem Kopf, Mp3-Spieler ... Also ist der andere gute Grund für die formelle Praxis, eine Brücke des Erinnerns zu bauen zwischen diesen Momenten radikaler Gegenwärtigkeit und den Bagatellen und nicht-so-Bagatellen dessen, was wir beschlossen haben, „normales Leben“ zu nennen. Dann vielleicht werden wir nicht vollständig eingesaugt und verlieren nicht unser Bewusstsein, während wir noch spazieren gehen und sprechen und tun, was wir grade so tun. Gerade wie Zombies, aber ohne den komischen Gang.

Aus meiner Sicht ist radikale Gegenwärtigkeit, die nicht durch durch gewohnheitsmäßige Gedanken und Gefühle vernebelt wird, die Buddhanatur.

Nirgendwohin zu gehen, nichts Anderes zu erreichen. .. aber es kann natürlich andere Gründe für die Praxis geben.