

Inhalt

Zen-Meister Rinzais Lehre vom Leuchten
im Alltäglichen 7

Realität und Wahrheit 15

Was ist die Wirklichkeit? 15

Zen als Weg zur Bewusstheit 17

Wann ist die Wirklichkeit wirklich? 19

Die Wirklichkeit umfasst alle Gegensätze 27

Die wirkliche Natur des Lebens zeigt sich
im Hier und Jetzt 32

Jeder Augenblick enthält das Ganze 41

Wann ist der Mensch wirklich frei? 47

Die Bedingtheit unseres Seins 66

Die rechte Einsicht 71

Nur das Selbst kann erkennen – nicht das Ich 71

Im Licht des Nicht-Unterscheidens 80

Absichtslosigkeit führt zur Erfahrung der Fülle 88

Jenseits von Gut und Böse 101

Leben und Tod 111

Das Leben ist stets im Wandel 111

Spiegelgeist und Alltagsgeist 121

Der eigene Geist ist der wahre Geist 125
Den Gegensatz von Leben und Tod übersteigen 129
Die Sehnsucht nach Vorbildern 132
In der Stille die eigene Weisheit finden 134
Der Sinn des Lebens 137
Das Paradies existiert vor dem Tod 138
Religiöses Streben als Irrweg 140
Das Leben ist aus sich heraus ethisch 141

Verwirklichung 147

Leiden als Erleuchtungserfahrung 147
Vertrauen in das Leben 157
Rinzais Weisheit und wie sie geprüft wird 159
Erste Prüfung: Ein Gespräch über den Schwertkampf 159
Zweite Prüfung: Über Kiefern, Bauern und den Frühling 163
Dritte Prüfung: Worte können erlebt werden 169
Vierte Prüfung: Sind die Erleuchteten heilig? 175
Fünfte Prüfung: Der Mond ohne Schatten 178

Vollendung 187

In sich ruhen 190
Rinzais Vermächtnis 194

Dank 197

Verwendete und weiterführende Literatur 198

Veröffentlichungen von Doris Zöls 199

Vita 200