

Motomenai – Ohne Verlangen

Shozo Kajima  
Motomenai  
Ohne Verlangen

aus dem Japanischen von  
Annerose Akaike

Ryvellus

## Als Einführung

Von Anfang an möchte ich ein mögliches Mißverständnis ausschließen. Wenn ich von »ohne Verlangen« spreche, gehe ich von der Voraussetzung aus, daß wir Menschen von Natur aus Wesen sind, die unbedingt begehren und verlangen. Nur im Eingeständnis dieser Tatsache hat es Sinn, über ein Leben ohne Verlangen nachzudenken.

Den Menschen sind vier lebenserhaltende Triebe eingepflanzt: Nahrungstrieb, Geschlechtstrieb, Selbsterhaltungstrieb, Arterhaltungstrieb. Von diesen Trieben, die anscheinend allen Menschen zu eigen sind, geht ein Impuls zum Leben aus. Diese triebhaften Instinkte sind nicht negativ zu verstehen, sondern im Gegenteil positiv zu bewerten.

Zu behaupten, man könne die fünf Sinnesfreuden oder irdischen Leidenschaften aufgeben, kommt einer Täuschung nahe. Dies kann niemand.

Es scheint mir entscheidend wichtig, daß unser Verlangen ganzheitlich von Körper und Geist gesteuert wird. Wenn der »Kopf« die natürlichen Triebe des Körpers unter

Kontrolle bringen will, entstehen abartige Wünsche. So kann es am Ende geschehen, daß wir ungewollten, überflüssigen Dingen nachjagen. Dies ist im Grunde schon alles, was ich sagen will.

Ohne Verlangen zu leben, bedeutet nur, daß es möglich ist, ohne unnötiges Wünschen und Wollen auszukommen. Auf diese Weise bewegt sich das Leben fort und fort und erfüllt sich mit Freude. Diese Einsicht in die Wirklichkeit umzusetzen, ist jedoch schwieriger, als man denkt, weil der Kopf das natürliche Verlangen des Körpers ignoriert. Da muß man ein für sich richtiges Maß finden und ab und zu eine Pause einlegen. Manchmal reicht es schon, sich dieses Wort »ohne Verlangen« vorzusprechen. Dann wirst du merken, wie du dich gleich besser fühlst.

Alle verschiedenartigen Lebensformen streben vorwärts. Mit der ganzen Lebenskraft entfalten sich Blumen und Gräser. Schau dir den Stengel einer Feldblume an! Wenn sie Blüten hervorgebracht hat, wartet sie still auf die nächste Umwandlung. Das möchte ich mir anschauen und von den Gräsern lernen. Darüber denke ich oft sinnend nach.

Ohne Verlangen –  
so merkst du, daß du in diesem Augenblick schon  
genug hast.

Ohne Verlangen –  
so wird alles, was du schon hast, von Leben erfüllt.

Ohne Verlangen –  
so verstehst du, daß die Menschen von Natur aus  
immer nach etwas verlangen.

Ohne Verlangen –  
so mußt du über dich selber lachen, wie du immer  
nach links und rechts geschielt hast.

Ohne Verlangen –  
so wird es friedlich in deinem Herzen.

Ohne Verlangen –  
so atmet es sich ganz leicht.

Ohne Verlangen –  
so verschwindet allmählich deine Trauer.

Ohne Verlangen –  
so fängt die Zeit an, langsam dahinzufließen.

Ohne Verlangen –  
so breitet sich in deinem Herzen Frieden aus.

Ohne Verlangen –  
so wird deine Mitte mehr und mehr sichtbar.

Ohne Verlangen –  
so begegnest du deinem unabhängigen Selbst.

Ohne Verlangen –  
so kommt deine innere Würde zum Vorschein.

Ohne Verlangen –  
so gesellen sich die Menschen zu dir, die nichts  
durch dich erlangen wollen.

Ohne Verlangen –  
so wenden die Menschen sich dir von Herzen zu.

Ohne Verlangen –  
so wirst du nicht enttäuscht.

Ohne Verlangen –  
so wirst du über dich selbst staunen, daß du auch  
ohne etwas zu verlangen leben kannst.

Ohne Verlangen –  
so wirst du gewahr, was aus der Tiefe deiner Seele  
hervorquillt.

Ohne Verlangen –  
so öffnet sich dein Herz frei zum Himmel.

Ohne Verlangen –  
so erscheinen Mensch und Natur schöner als zuvor.  
Versuch es einmal, es ist wirklich so. Du wirst die  
Schönheit von Dingen entdecken, nach denen du  
nicht ausgeschaut hattest.

## Über die Übersetzerin

Annerose Akaike, geb. Billich, wurde 1939 in Stragard/Pommern geboren. Sie wurde Ärztin wie ihr Vater und belegte neben ihrem Medizinstudium auch Vorlesungen in Philosophie und Psychologie. Im Studium lernte sie ihren späteren Mann, den Japaner Akira Akaike kennen, mit dem sie 1969 nach Japan übersiedelte. Sie arbeitete dort als Ärztin und nach dem Tod ihres Mannes (1986) auch in Thailand, wobei sie sich sehr intensiv mit alternativen Heilmethoden und mit dem Buddhismus beschäftigte. Später kehrte sie nach Japan zurück. Die letzten zehn Jahre ihres Lebens lebte sie mit dem Autor Shozo Kajima zusammen und praktizierte Homöopathie. Sie starb im Mai 2011 in Matsumoto, Japan, kurz nach Abschluß dieser Übersetzung.