

THICH NHAT HANH

Schlüssel zum Zen

Der Weg zu einem achtsamen Leben

Mit einer Einführung von
Philip Kapleau

Aus dem Amerikanischen
übersetzt von
Bernardin Schellenberger

Herder
Freiburg • Basel • Wien

© Verlag Herder Freiburg i. Br. 1996
Alle Rechte vorbehalten

Die Erstfassung wurde erstmals veröffentlicht
als »Clefs pour le Zen«
bei Editions Seghers, Paris 1973.

In englischer Sprache erstmals veröffentlicht als »Zen Keys«
bei Anchor Books (Doubleday), Garden City, New York 1974.

Die neubearbeitete Ausgabe
ist zuerst in englischer Sprache erschienen
bei Image Books (Doubleday), New York, NY 1995.

© Thich Nhat Hanh (1995)
Einführung: © Philip Kapleau (1974,1995)

Umschlaggestaltung: Neil McBeath
Titelfoto: Lavastrand © IFA-Bilderteam
Herstellung: Clausen & Bosse, Leck
Gedruckt auf umweltfreundlichem,
chlorfrei gebleichtem Papier
Printed in Germany
ISBN 5-451-23960-4

INHALT

Einführung	9
I <i>Die Praxis der Achtsamkeit</i>	
Das kleine Buch	30
Der Schlüssel: Achtsamkeit	32
Die Einübung der Achtsamkeit	34
II <i>Eine Tasse Tee</i>	
In seine eigene Natur blicken	38
Bodhidharmas Ausspruch	39
Die buddhistische Revolution	40
Das Nicht-Selbst	43
Dinge und Begriffe	44
Das Ineinander aller Dinge	45
Die Illusion der Metaphysik	46
Die Erfahrung an sich	48
Der Augenblick des Erwachens	49
III <i>Die Zypresse im Klosterhof</i>	
Die Sprache des Zen	52
Der Finger und der Mond	54
»Wenn du dem Buddha begegnest, töte ihn!«	55
»Geh und wasch deine Schüssel«	57
Die treffende Antwort	58
Das <i>kung-an</i> und seine Funktion	59
Die Bedeutung des <i>kung-ans</i>	63
Chao-Chous »Nein!«	65
In den Kreis eintreten	68
Der Geist muß reif sein	71

IV *Berge sind Berge und Flüsse sind Flüsse*

Das Geistes-Siegel	78
Wahrer Geist und falscher Geist	81
Die Wirklichkeit als solche	82
Die Lampe und ihr Schatten	85
Eine nicht-begriffliche Erfahrung	87
Das Prinzip der Nicht-Dualität	89
Das Ineinander- und Vernetztsein	94

V *Fußspuren der Leerheit*

Die Geburt des Zen-Buddhismus	98
Zen und der Westen	101
Zen und China	101
Der Begriff der Leerheit	104
Komplementäre Begriffe	105
Anti-scholastische Reaktionen	106
Rückkehr zur Quelle	108
Das A, das Nicht-A ist, ist wirklich A	110
Wie man bis zum <i>tathata</i> kommt	113
Subjekt und Objekt	114
Die drei Tore zur Befreiung	115
Die acht Negationen des Nagarjuna	117
Der Mittlere Weg	120
Die Vijnanavada-Schule	121
Die Klassifizierung der <i>dharmas</i>	123
Das bewußte Wissen	124
Die Methode der Vijnanavada	127
Die Grundlage: <i>alaya</i>	130
Der Vorgang der Erleuchtung	132

VI *Die Erneuerung der Menschheit*

Das Mönchsleben	138
Die Einkehrzeiten	141
Die Aussprache	143
Die Rolle der Laien	144
Zen und die Welt von heute	145
Zukunftsperspektiven	147
Ist ein Aufwachen möglich?	149
Spiritualität contra Technologie	154

VII *Lektionen für das Leerwerden*

Dreiundvierzig <i>kung-ans</i> mit Glossen und Strophen von Tran Thai Tong (1218-1277)	159
Statt einer Einführung: Fragen und Antworten	160
Die <i>kung-an</i> -Texte	162

EINFÜHRUNG

Das Erscheinen von Thich¹ Nhat Hanhs Buch »Zen Keys« auf Englisch war vor allem für Amerikaner etwas Besonderes. Mit diesem Werk meldete sich in den USA - in diesem Land, das ein tiefes und tragisches Karma mit Vietnam verbindet - nicht nur die erste markante Stimme des vietnamesischen Buddhismus zu Wort, sondern obendrein Thich Nhat Hanh, der kein gewöhnlicher Buddhist ist. Er ist Zen-Mönch, ausgebildet und gereift in einem Zen-Kloster - ein Mensch, der die Frucht der buddhistischen Askese, nämlich die Weisheit und das Mitleiden, erlangt hat. Seit funfunddreißig Jahren engagiert sich Thich Nhat Hanh, einer der führenden Sprecher der vietnamesischen buddhistischen Friedensbewegung, in der Öffentlichkeit. Er hat sich auf die moderne Hölle des vom Krieg geschundenen Vietnam eingelassen, und außerdem hat er einen »engangierten« Buddhismus ins Alltagsbewußtsein breiter Schichten der vietnamesischen Bevölkerung und ungezählter anderer Menschen auf der Welt eingebracht. Trotz wiederholt drohender Verfolgung, Verhaftung und sogar Lebensgefahr hat er unermüdlich seine Stimme erhoben und die Menschen beschworen, Haß und Bitterkeit abzulegen; er hat ihnen deutlich vor Augen gehalten, daß unsere wirklichen Feinde nicht die Menschen sind, sondern jener

¹ *Thich* ist nicht, wie viele meinen, das entsprechende vietnamesische Wort für »Ehrwürden«, also eine Anrede der buddhistischen Mönche, die in etwa dem früheren »Hochwürden« für Kleriker hierzulande entsprechen würde, sondern die Kurzform von »Thich-Ca«, dem vietnamesischen Wort für Shakva, das seinerseits die Abkürzung von Shakyamuni ist, also jenes Namens, unter dem der Buddha in Asien bekannt ist. Die Mönche und Nonnen nehmen ihn bei ihrer Ordination als Familiennamen an und legen dafür ihren bisherigen Familiennamen ab.

Sprengstoff an Habgier, Wut und Verblendung, der in den Herzen der Menschen gezündet wird. Wer meint, beim Buddhismus handle es sich um eine weltflüchtige Religion innerlicher Erleuchtung, bei der es lediglich darum gehe, Nabelschau zu treiben und auf diese Weise den schmerzlichen Wirklichkeiten des Lebens zu entkommen, kennt Thich Nhat Hanh nicht und nicht den Buddhismus, von dem er schreibt. Bevor man sich in dieses Buch vertieft, sollte man sich also diese Seite aus dem Leben seines Verfassers klar vor Augen halten.

Bemerkenswert ist, daß hier zwar oft gewichtige Aspekte der buddhistischen Philosophie zur Sprache kommen, Nhat Hanh in diesem Buch jedoch zunächst die konkreten, praktischen Aspekte des Lebens in einem Zen-Kloster beschreibt. Da geht es nicht in erster Linie um philosophische Begriffe, sondern um schlichte Arbeit und ein Leben der Achtsamkeit. Nach Auffassung des Zen entspricht nämlich das intellektuelle Studieren lediglich dem Lesen einer Speisekarte; nur wer das Gelesene tatsächlich praktiziert, verzehrt die Mahlzeit. Oder, wie Nhat Hanh sagt, die Wahrheit der Existenz offenbart sich in dem Maß, wie sich die Bewußtheit vertieft. Die Bewußtheit aber ist die Frucht eines Lebens unzerstreuter geistiger Einfachheit; man ist dann bei ausnahmslos allem, was man tut, »wach«. Es gibt für dieses »Bemühen um Wachsamkeit« kein besseres Übungsfeld als das Alltagsleben, vor allem die konkreten eigenen Alltagspflichten.

Doch wir leben in einer Gesellschaft, in der es vielen darum geht, sowenig Arbeit wie möglich zu verrichten, weil sie ihren Arbeitsplatz, sei er auswärts oder daheim, als Ort der Plackerei und Langeweile empfinden. Sie erfahren die Arbeit durchaus nicht als eine kreative und erfüllende Seite ihres Lebens, sondern als eine sie knechtende und unbefriedigende. Wie ganz anders ist das als das Zen! Im Zen wird alles, was man tut, zum Medium der Selbst-Verwirklichung; jede Handlung, jede Bewegung wird aus ganzem Herzen

vollzogen, nichts wird ausgenommen. Um mit dem Zen zu sprechen: Alles, was wir dergestalt tun, ist »Ausdruck des Buddha«; je intensiver die Einfachheit des Geistes und der Nicht-Selbstbewußtheit des Tuns ist, desto näher sind wir dieser Verwirklichung. Dann gibt es nichts mehr als das reine Tun, den puren Akt: das Heben des Hammers, das Spülen des Geschirrs, die Bewegung der Hände über der Schreibtastatur, das Ausrupfen der Kräuter. Ist alles andere - Gedanken über Vergangenes, Phantasien über die Zukunft, Urteile und Wertungen über die Arbeit - denn mehr als Schatten und Schemen, die unseren Geist durchzucken und uns davon abhalten, uns vorbehaltlos und ganz auf das Leben als solches einzulassen? In die Bewußtheit des Zen einzutreten - »aufzuwachen« - bedeutet, den Geist von seiner eingefleischten Gewohnheit unkontrollierten Denkens zu läutern und ihn zu seinem ursprünglichen Zustand der Lauterkeit und Klarheit zurückzuführen. Man sagt im Zen, es entstehe mehr Energie, wenn man fähig sei, die Meditation mitten in der Welt zu üben, als wenn man einfach allein irgendwo sitze und jede Aktivität vermeide. So wird also die Alltagsarbeit zum Raum der Meditation, die anstehende Pflicht zur Übung. Das bezeichnet man als »Arbeit für sich selbst«.

Im Zen wird alles als gleichwertig angesehen; wenn man unterscheidet zwischen angenehmen und unangenehmen Arbeiten, zwischen kreativer und unkreativer Betätigung, liegt das lediglich an den eingefahrenen Denkmustern eines im Dualismus befangenen Geistes. Um dieses Gewicht und Beurteilen auszutilgen, werden Zen-Neulinge zu Beginn ihrer Ausbildung mit scheinbar unwichtigen und »unkreativen« Dingen beschäftigt - wie dem Unkrautjäten von Hand oder dem Anlecken von Briefumschlägen; aus demselben Grund reinigt oft der Abt selbst die Toiletten. Wirkliche Kreativität ist nämlich erst dann möglich, wenn der Geist völlig leer ist und ganz und gar in der jeweiligen Arbeit aufgeht. Erst an dem Punkt, wo man vom Gewicht der Selbst-

Bewußtheit frei ist, weil man völlig in seinem Tun aufgeht, stellen sich die Transzendenz und die Freude der Erfüllung ein. Bei dieser Art Kreativität kommen dann ganz natürlich unsere intuitive Weisheit und Freude ins Spiel.

All das bedeutet natürlich nicht, daß alle Versuche überflüssig wären, die Arbeitsbedingungen zu verbessern und die Arbeit mit mehr Sinn zu erfüllen, um so der Entwicklung entgegenzusteuern, daß die Arbeitsplätze immer stärker mechanisiert und die Menschen immer mehr wie Roboter eingesetzt werden. Aber einem Arbeiter schadet es am meisten und hilft ihm gar nichts zur Verbesserung seiner Arbeitsbedingungen, wenn er ständig mit seiner Arbeit oder seinen Vorgesetzten unzufrieden ist, bei der Arbeit schlampig und faul und dem Leben gegenüber verbittert wird. Ist Arbeit angesagt, so widmet man sich der Arbeit, und zwar mit vollem Einsatz; ist Veränderung angesagt, so setzt man sich für Veränderungen ein; ist ein Aufstand angesagt, so macht man sogar einen Aufstand. Im Zen kommt alles auf das Tun an, nichts auf das bloße Betrachten.

Es gibt ein weiteres Feld, auf dem der ungeübte, Ego-beherrschte Geist Raubbau am Menschen treibt, und zwar an seiner Energie. Jene Ermüdung, die viele von uns am Ende jedes Arbeitstages überkommt, ist keine natürliche Müdigkeit, sondern das Endprodukt eines Tages, der vollgestopft war mit vergeudeten Gedanken und Gefühlen der Angst und des Sich-Sorgens - erst gar nicht zu reden von Zorn und Ärger, die man offen ausgelebt oder in sich hineingefressen hat. Diese negativen mentalen Befindlichkeiten zehren höchstwahrscheinlich mehr Energie auf als alles andere. Im Gegensatz dazu durchlebt der im Zen geschulte Mensch seinen Tageslauf bewußt und hellwach. Er widmet jeder anstehenden Aufgabe den ihr angemessenen Teil an Energie, aber für Angst, Phantasievorstellungen oder schwellenden Groll vergeudet er keine. Selbst am Ende eines ausgefüllten Arbeitstages ist sein Energievorrat nicht erschöpft.

Der Nachdruck, mit dem Thich Nhat Hanh betont, auf die Achtsamkeit - was mehr ist als bloße Konzentration - komme alles an, durchzieht sein ganzes Buch. Genau der Mangel an Achtsamkeit ist dafür verantwortlich, daß unsere heutige Welt so voller Gewalttätigkeit und Leiden ist. Sind wir nicht achtsam, so leben wir geistlos, und die Folge ist, daß unser Geist das Gefühl hat, vom Leben und von der Natur abgeschnitten zu sein und stattdessen unter der Knute eines allgegenwärtigen ichsüchtigen Ego leben zu müssen, das verderben- und todbringend um sich schlägt, nur um seine Sucht nach mehr und immer noch mehr zu stillen, ohne jede Rücksicht auf den Preis. Der unachtsame Geist hat kein Gespür für Menschen und Dinge, denn er sieht und schätzt nicht den Eigenwert der Dinge, sondern betrachtet sie nur als Objekte, die er zu dem Zweck gebraucht, seine eigenen Wünsche zu befriedigen. Der in Achtsamkeit lebende Mensch dagegen hat ein Gespür für die Unteilbarkeit des Daseins; er sieht, wie alles Lebendige miteinander verknüpft und aufeinander bezogen ist. Daraus erwächst ihm eine tiefe Ehrfurcht vor dem absoluten Wert jedes Dinges. Diese Ehrfurcht vor dem Eigenwert jeder einzelnen Sache, sei sie belebt oder unbelebt, führt zum Wunsch, daß die Dinge angemessen benutzt werden, statt daß man sie gedankenlos vergeudet und zerstört. Richtig Zen zu üben bedeutet also, nie Lampen brennen zu lassen, wenn man sie nicht braucht, nie Wasser nutzlos in den Ausguß laufen zu lassen, nie einen Rest Nahrung ungegessen verkommen zu lassen. Denn all das wären nicht nur unachtsame Verhaltensweisen, sondern man würde dadurch auch zeigen, daß man keinen Sinn hätte für den Wert des vergeudeten oder vernichteten Gegenstands und für die Anstrengung derer, die ihn uns verschafft haben - also im Fall eines Nahrungsmittels des Landwirts, des Lkw-Fahrers, des Händlers, des Kochs, des Servierers. Diese Gleichgültigkeit ist das Produkt eines Geistes, der sich selbst als losgelöst von einer Welt schein-

bar willkürlicher Veränderungen und sinnloser chaotischer Verhältnisse sieht.

Nach buddhistischer Überzeugung können die Lehren der Unbeständigkeit und des Nicht-Ich, von denen Nhat Hanh spricht, jene Ängste, die sich aus einer derart isolationistischen Sichtweise ergeben, auflösen. Jeder, der einigermaßen Sinn für die Realitäten des Lebens hat, muß zum Beispiel zugeben, daß es nicht die Schöpfung mystisch angehauchter Philosophen ist, wenn man von »Unbeständigkeit« redet, sondern daß das schlicht eine konkrete Beschreibung dessen ist, was »ist«. Im Lauf der letzten hundert Jahre hat sich dieser Prozeß ständigen und explosiven Wandels auf den Gebieten des Sozialen und der Institutionen in einem Maß beschleunigt, wie das den Menschen früherer Zeiten unbekannt war. Zudem berichten die Zeitungen fast täglich von neuen und schwindelerregenden Krisen in der Welt: von Hunger- und Naturkatastrophen, Kriegen und Revolutionen, Umwelt-, Energie- und politischen Krisen, Krisen in der Finanz- und Wirtschaftswelt, von der Problematik zunehmender Scheidungen und Nervenzusammenbrüche, von Herzinfarkten, Krebsleiden und anderen schrecklichen Krankheiten, ganz zu schweigen von der Zahl sinnloser Todesopfer durch Verkehr und übermäßigen Konsum illegaler Drogen. Die meisten Menschen, die diese sich ständig verändernde, offensichtlich chaotische Welt vor Augen haben, sehen darin alles andere als natürliche karmische Gesetze am Werk, und erst recht können sie keine Einheit und Harmonie wahrnehmen, die diesem ständigen und unausweichlichen Wandel zugrundeliegen könnte. Was sie am ehesten empfinden, ist Angst, verbunden mit dem Gefühl der Ohnmacht und dem Eindruck, das Leben habe keinen Sinn. Wenn ihnen aber eine Einsicht in die wahre Natur der Welt verschlossen bleibt und sie sie nicht intuitiv verstehen können - was anderes bleibt ihnen dann übrig, als sich einem Leben materiellen Wohlstands und sinnlicher Befriedigungen hinzugeben ?

Indes - mitten in diesem scheinbar sinnlos dahintorkelnden, ständig sich verändernden Chaos stehen die Zen-Buddhisten. Ihre ruhige Ausgeglichenheit beweist, daß sie wissen : Es gibt im Leben mehr als all das, was uns unsere Sinne mitteilen. Mitten zwischen allen Veränderungen gibt es etwas Unveränderliches, mitten zwischen allem Nichtbleibenden gibt es etwas immer Bleibendes, mitten zwischen allen Unvollkommenheiten gibt es etwas Vollkommenes, mitten im Chaos gibt es Frieden, mitten im Lärm Stille, und schließlich mitten im Tod Leben. Die Zen-Buddhisten widmen sich folglich ihrer Alltagsarbeit, ohne etwas festzuhalten oder beiseitezustoßen, zu bejahen oder zu verwerfen; sie tun schlicht das, was getan werden muß, helfen, wo sie können, sind »in allen Dingen weder allzu froh noch übermäßig betrübt«, wie die Sutren, die heiligen Schriften, sagen.

Genau wie das Gesetz der Unbeständigkeit ist auch die Lehre vom Nicht-Ich nicht das Produkt philosophischer Spekulation, sondern der Ausdruck tiefster religiöser Erfahrung. Sie besagt, daß wir - im Gegensatz zu unserer herkömmlichen Überzeugung - nicht nur Leib oder Geist sind. Wenn wir aber weder eines davon noch beides sind, was sind wir dann ? Die Antwort des Buddha, die er aus seiner Erfahrung der Großen Erleuchtung heraus formuliert hat, gibt der Vorstellung vom Ich den Todesstoß: »In Wahrheit sage ich euch: Innen in diesem fadenhohen Leib mit seinen Gedanken und Wahrnehmungen liegt die Welt und das Auftauchen der Welt und das Verlöschen der Welt und der Weg, der zur Tilgung von Auftauchen und Verlöschen führt.«

Was könnte größer oder ermutigender sein ? Hier bestärkt uns die höchste Quelle, daß wir mehr sind als dieses schwächliche Körper-Geist-Gebilde, mehr als ein Partikel, das von einem launischen Schicksal ins unermessliche Universum geschleudert worden ist; daß wir nicht weniger sind als die Sonne und der Mond und die Sterne und die große Erde. Wenn wir aber die Welt bereits als Eigentum besitzen

— warum versuchen wir dann, uns durch Besitztümer und Macht aufzublähen? Warum fühlen wir uns »allein und voll Angst in einer Welt, die ich selbst nie so einrichten würde« und sind entweder voller Selbstmitleid und Gemeinheit oder voller Überheblichkeit und Aggression? Der Grund dafür ist, daß unser Bild von uns selbst und unsere Beziehung zur Welt gestört sind. Wir werden von unseren beschränkten fünf Sinnen und unserem unterscheidenden Intellekt (im Buddhismus zählt er als der sechste Sinn) an der Nase herumgeführt. Sie spiegeln uns eine zutiefst dualistische Welt vor, in der alles aufgespalten ist in Ich und Nicht-Ich, in voneinander abgetrennte und isolierte Gegenstände, in Schmerz und Kampf, Geburt und Verlöschen, Töten und Getötetwerden. Dieses Bild ist falsch, weil es kaum die Oberfläche anschürft. Das ist, wie wenn man nur das eine Achtel des Eisbergs, das über dem Wasserspiegel ist, vor Augen hat und erkennt, daß es unter der Oberfläche weitere sieben Achtel gibt. Könnten wir nämlich durch die unablässig sich wandelnden Formen hindurch in die ihnen zugrunde liegende Wirklichkeit schauen, würden wir erkennen, daß es im Wesentlichen nur Harmonie und Einheit und Stabilität gibt, und daß diese Vollkommenheit keine andere ist als die Welt der Phänomene, die sich unablässig verändern und umformen. Aber unsere Sicht ist beschränkt und wir sind zu schwach, um tiefer zu schauen.

Das ist noch nicht alles. Rittlings auf unseren Sinnen hockt eine schemenhafte Spukgestalt mit unersättlichen Begierden und der Sucht nach Herrschaft. Wie sie heißt? Ego. Ego der Magier. Er zaubert tödliche Waffen aus dem Ärmel, nämlich: irreführendes Denken, Habgier und Zorn. Woher er kommt, weiß niemand, aber bestimmt ist er da, seit der Geist des Menschen existiert. Dieser schlaue, aalglatte Schwindler verführt uns zum Glauben, wir könnten die Wonnen unserer Sinne nur dann ohne Schmerz verkosten, wenn wir uns ihm mit Haut und Haar ausliefern.

Unter den vielen Tricks, die das Ego ausspielt, um uns in seiner Gewalt zu erhalten, ist keiner wirksamer als die Sprache. Unsere westlichen Sprachen sind so strukturiert, daß sie ständig den Gebrauch des Pronomens »Ich« erfordern, wenn man grammatikalisch sauber und angeblich eindeutig reden will. Es handelt sich dabei in Wirklichkeit nur um eine Sprachfigur, eine hilfreiche Übereinkunft, aber wir reden und tun so, als sei dieses »Ich« etwas Wirkliches und Echtes. Hören Sie zu, wenn Menschen sich unterhalten, und Sie werden unschwer beobachten, wie das Schwergewicht immer wieder auf dem »Ich« liegt: »Ich habe gesagt...«, »Ich habe das und das getan«, »Ich möchte...«, »Ich finde...«, »Ich kann das und das nicht ausstehen...« - Das alles spielt dem Ego in die Hände; es verstärkt die Fesseln unserer Knechtschaft und vergrößert unsere Leiden, denn je mehr wir auf diesem Ich beharren, desto wehrloser setzen wir uns den nie enden wollenden Forderungen des Ego aus.

Aus der Verantwortung für diesen Zustand können wir uns nicht stehlen, indem wir Unwissenheit vortäuschen; denn auf die Machenschaften des Ego sowie auf die Möglichkeiten, sich von ihnen zu lösen, haben die Weisen unter den Menschen immer und immer wieder hingewiesen. Schließlich sind wir es, die die Sprache entworfen haben. Sie spiegelt unsere Werte, Ideale und Ziele wider sowie die Art, wie wir die Welt sehen und zu ihr in Beziehung stehen. Es gibt Sprachen, die nicht auf dem ständigen Wiederholen des Personalpronomens bestehen, um eindeutig und grammatikalisch vollständig zu sein. Im Japanischen zum Beispiel kann man - von wenigen Ausnahmen abgesehen - fast alle Sätze ohne das »Ich« oder ein anderes Personalpronomen bilden. Das japanische Ideal persönlichen Verhaltens, wie es die Sprache reflektiert, zielt auf Bescheidenheit und auf das völlige Absehen von der eigenen Person - wenn nicht immer in der Praxis, so jedenfalls in der Theorie. Im Vergleich dazu zeigt zum Beispiel in der zeitgenössischen

amerikanischen Umgangssprache die starke Betonung des Ego-I und das immer weitere Zurückdrängen des Passivs zugunsten des Aktivs, daß wir von der Demut und der Zurücknahme seiner selbst nicht mehr viel halten - sofern wir das schon jemals getan haben.

Unser relativer Ego-Geist wird von unserer Sprache dabei unterstützt, uns auch noch in anderer Hinsicht an der Nase herumzuführen. Unablässig verführt sie uns, Unterscheidungen und Urteile zu treffen, die uns immer weiter vom Konkreten weg und stattdessen in den Bereich des Spekulativen und Abstrakten führen. Nehmen wir als Beispiel jemanden, der allein seines Weges geht und plötzlich den Klang einer Glocke hört. Auf der Stelle ordnet sein unterscheidender Geist diesen Klang als wunderschön oder als häßlich ein, oder er macht den Unterschied, ob es sich um eine Kirchenglocke oder sonst irgendeine Glocke handelt. Es kann sein, daß im Geist auch Vorstellungen geweckt werden, die sich an einen ähnlichen, in der Vergangenheit gehörten Klang knüpfen, und er untersucht und vergleicht diesen mit dem gegenwärtigen Klang. Mit jedem dieser Urteile wird die Erfahrung des reinen Hörens des gegenwärtigen Klangs immer mehr abgeschwächt, bis man schließlich diesen *Klang* gar nicht mehr hört, sondern nur noch mit seinen *Gedanken über diesen Klang* beschäftigt ist.

Oder ein anderes Beispiel: Stillschweigend haben wir die Vereinbarung getroffen, daß wir einen bestimmten Gegenstand »Baum« nennen. Dabei vergessen wir ganz, daß »Baum« ein willkürlicher Begriff ist, der ganz und gar nicht die wahre Identität dieses Gegenstands offenbart. Was ist denn überhaupt ein Baum? Ein Philosoph nennt ihn vielleicht »letzte Wahrheit«; ein Botaniker definiert ihn als lebenden Organismus; ein Physiker als Masse von Protonen und Neutronen, die um einen Kern schwirren; ein Künstler als einmalige Gestalt mit ganz spezifischer Färbung; ein Schreiner als potentiellen Tisch. Für einen Hund dagegen

ist der Baum lediglich eine günstige Stelle zum Pinkeln. Alle Beschreibungen, Erklärungen oder Analysen greifen immer nur einen Gesichtspunkt heraus; also nur einseitig sehen sie etwas, das doch unzählige Dimensionen hat. Die wahre Natur des Baums überschreitet unendlich alles, was man über ihn sagen kann.

Genauso hantieren wir mit der Zeit herum und teilen sie ein in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft und in Jahre, Monate, Tage usw. Das ist allgemein üblich und mag hilfreich sein, aber wir müssen uns vor Augen halten, daß wir etwas Künstliches und Willkürliches herstellen, wenn wir die Zeit dergestalt sozusagen in Scheiben schneiden; was herauskommt, ist das Produkt unseres unterscheidenden Geistes, der lediglich die Oberfläche der Dinge in Einzelteile aufspaltet. Zeitlosigkeit ist für uns etwas Unerklärliches. So entwerfen wir eine Welt, die begrifflich und be-grenzt ist und weit entfernt von der tatsächlichen.

Korzybski, der Vater der allgemeinen Semantik, gibt in erster Linie dem Verb »sein« die Schuld an der Art und Weise, wie die Sprache die Wirklichkeit verfälscht. Er wird mit der Aussage zitiert: »Die Schwierigkeit beim Verb ›sein‹ besteht darin, daß es eine statische, absolute Qualität voraussetzt, während das ganze Universum unter dem Gesetz des unablässigen Wandels steht. In dem Augenblick, wo man sagt: ›Diese Rose ist rot‹, hat sich die Rose bereits wieder ein wenig verändert. Im übrigen erscheint die Rose jemand anderem vielleicht eher als rosa.« Und Korzybski kommt zum Schluß: »So wäre es richtiger, wenn man sagen würde: ›Mir kommt diese Rose rot vor.« Im Zen dagegen ist die Rose nicht nur rot, rosa oder gelb, sondern sie hat *alle* Farben und ist gleichzeitig farblos. Kommt die Aussage »Eine Rose ist eine Rose« nicht der kosmischen Größe und unendlichen Schönheit einer Rose viel näher als der Satz: »Mir kommt diese Rose rot vor?« Aber warum soll man überhaupt etwas über die Rose sagen ? Wie wäre es, ganz

einfach die Rose auf sich wirken zu lassen - sie zu riechen, zu berühren, zu schmecken? Was gibt es da noch zu sagen, außer vielleicht »Ah! Herrlich!«, oder noch besser nur »Ah!«, oder am besten: gar nichts, und nur zu lächeln - aufzublühen in einem Lächeln.

Die Zen-Meister waren immer sehr darauf bedacht, die Fallstricke der Sprache offenzulegen, welche »sich wie ein Handschuh über die Erfahrung legt«. Sie haben darum die Sprache so benutzt, daß sie ihre Schüler aus ihren Fesseln herauszulösen vermochten. Sehen wir uns ihre Methode etwas genauer an.

Hui-neng, der Sechste Patriarch, hat gelehrt: »Stellst dir jemand eine Frage und erwartest von dir die Antwort ›Ja‹, dann sage ›Nein‹, und umgekehrt. Fragt er dich nach einem gewöhnlichen Menschen, dann antworte ihm, als habe er nach einem Heiligen gefragt, und umgekehrt. Durch diesen Gebrauch der relativen Begriffe bringe ihm die Lehre vom Weg bei. Beantworte alle seine Fragen auf diese Weise, und du fällst in keinen Irrtum.«

Chao-Chou (auf Japanisch Joshu), ein berühmter Zen-Meister, wurde häufig gefragt: »Ist es wahr, daß sogar ein Hund die Buddha-Natur besitzt?« Dahinter stand die Frage: Wenn ein so hochstehendes Wesen wie der Mensch die reine, allumfassende Buddha-Natur hat, kann dann etwa auch eine so niedrige Kreatur wie ein Hund sie haben? Auf diese Frage gab Chao-Chou manchmal die Antwort: »Nein, er hat sie nicht« (auf Japanisch *Mu*, auf Chinesisch *Wu*), und manchmal: »Ja, er hat sie ebenfalls.« Vielleicht waren die Fragesteller angesichts der Aussage der Sutren, alle Wesen besäßen die Buddha-Natur, tatsächlich ratlos, oder sie täuschten nur Unwissenheit vor, um zu erfahren, was Chao-Chou auf diese Frage antworten würde. Da die Buddha-Natur jeglichem Dasein eigen ist, ergibt logischerweise keine der beiden Antworten einen Sinn. Aber hier geht es um mehr als um Logik. Worauf zielt also Chao-

Chou ab? Treibt er lediglich mit der Logik der Sprache seinen Spott, um den Mönchen zu zeigen, daß die absolute Wahrheit jenseits aller positiven oder negativen Aussagen liegt, oder stößt er mittels seines spielerischen Umgangs mit »Ja« oder »Nein« seine Fragesteller auf diese Buddha-Natur?

In einer anderen bekannten Anekdote wird erzählt, Nan-Chüan, der Lehrer des Chao-Chou, sei eines Tages ins Kloster heimgekommen und habe einige seiner Mönche dabei angetroffen, wie sie miteinander über eine vor ihnen sitzende Katze stritten. Vermutlich ging der Disput wie derjenige über den Hund darum, ob eine Katze die Buddha-Natur besitze. Nan-Chüan erfaßte sofort die Situation und nutzte sie, ihnen die Wahrheit beizubringen, die ihnen unklar war. Er griff nach der Katze, hielt sie in die Höhe und sagte: »Mönche, sagt mir ein Zen-Wort! Wenn ihr eines habt, verschone ich das Leben dieser Katze, wenn nicht, haue ich sie entzwei!« Niemand wußte darauf etwas zu sagen, und so schlug Nan-Chüan die Katze energisch entzwei (allerdings nicht tatsächlich; er tat das nur pantomimisch; von »Entzweischlagen« zu reden, macht die Erzählung jedoch lebhafter und dramatischer). Am selben Abend kam auch Chao-Chou von auswärts heim. Nan-Chüan erzählte ihm von der Begebenheit und fragte ihn: »Stell dir vor, du wärest dagewesen. Was hättest du getan?« Wortlos zog Chao-Chou seine Schuhe aus, setzte sie sich auf den Kopf und verließ den Raum. »Wärest du doch dagewesen«, entgegnete Nan-Chüan bewundernd, »du hättest das Leben der Katze gerettet.«

Was ist nun also ein »Zen-Wort«? Im Zen gibt es sogenannte lebendige und tote Worte. Geschätzt wird vor allem das lebendige Wort; es ist zündend, konkret und gefühlsge-laden. Das tote Wort ist das erklärende Wort; es ist trocken und leblos, eine Kopfgeburt. Das erstere schafft Einheit; letzteres spaltet auf und trennt. Weder die Mönche noch

Chao-Chou äußerten ein Wort, und doch schalt Nan-Chüan die Mönche und lobte Chao-Chou. Warum? Was sollte das bedeuten, daß Chao-Chou sich die Schuhe auf den Kopf stellte und den Raum verließ? Was demonstrierte Nan-Chüan, als er die Katze »entzweihte«? Und wo ist die tote Katze jetzt? Sind wir nicht alle tote Katzen, sooft wir argumentieren und spekulieren, alle möglichen Vermutungen anstellen und irgendwelche Schlüsse ziehen?

Ein chinesischer Zen-Meister legte seinen Schülern einmal das folgende Problem vor: »Ein Mönch hängt hoch an einem Baum und hält sich nur mit den Zähnen an einem Ast fest. Er kann mit seinen Händen nicht nach einem Ast über sich greifen, und die Äste unter ihm sind außer Reichweite seiner Füße. Unten auf dem Boden steht jemand und stellt ihm ganz ernsthaft die Frage: ›Welches ist die höchste Wahrheit des Buddhismus?‹ Öffnet er den Mund, um zu antworten, dann stürzt er ab und bricht sich womöglich den Hals. Sagt er nichts, dann verletzt er womöglich seine Pflicht. Was soll er tun?«

Das ist keine Scherzfrage, die lediglich den Intellekt etwas anregen soll - weit gefehlt! Unter anderem zielt diese Episode auf ein grundsätzliches Problem in allen menschlichen Beziehungen: wann man reden und wann man schweigen soll. Es kann nämlich gefährlich, ja tödlich für einen selbst sein, wenn man schöne Worte macht und leere Phrasen drischt, die eine oder andere großartige Theorie strickt und an raffinierten Erklärungen feilt. Andererseits ist es feig, wenn man stumm bleibt und nichts sagt, obwohl man dadurch einem leidenden Mitmenschen entscheidend helfen könnte. Zudem gibt es sehr viele Formen des Schweigens. Es gibt das Schweigen, weil man nicht weiß, was man sagen soll, das Schweigen, das besser ist als Reden, und das Schweigen, das lauter spricht als alle Worte. Welche Art Schweigen wahrte der Mönch, und weiter: Beantwortete er die ihm gestellte Frage oder nicht?

Diese Anekdoten oder Lehrerzählungen wurden von späteren Generationen von Meistern gesammelt; sie legten sie ihren Schülern im Rahmen ihrer Ausbildung vor. Schließlich nannte man sie *koans* (auf Chinesisch *kung-ans*; wörtlich bedeutet das »ein öffentliches Dokument«); es handelte sich um Fallbeispiele, auf die man sich verlassen konnte, weil sie auf die letzte Wahrheit hinwiesen und diese verkörperten. Man kann sie in etwa mit Fallbeispielen aus der Rechtsprechung vergleichen, die zu Präzedenzurteilen führten. Nhat Hanh bietet uns im vorliegenden Buch eine Sammlung von 43 Koans, die erstmals auf Deutsch erscheinen. Sie stammen vom Vietnamesen Tran Thai Tong, dem ersten König der Tran-Dynastie (1225-1400) in Vietnam. Er übte schon während seiner Regierungszeit die Zen-Meditation, überließ mit einundvierzig Jahren den Thron seinem Sohn und widmete sich von da an sehr intensiv der Praxis des Zen. Jedes dieser Koans enthält einen Spruch, eine kurze Glosse und eine Strophe; alles stammt von Tran Thai Tong. Die Texte sind zwar im Stil des *Mumonkan*, einer bekannten chinesischen Koan-Sammlung, geschrieben, haben aber trotzdem einen ganz eigenen Geschmack.

Das VI. Kapitel dieses Buches mit dem Titel »Die Erneuerung der Menschheit« mag intellektuell gebildeten Lesern allzu naiv, ja simpel vorkommen. Aber es wäre ein Fehler, leichtfertig über die Aussagen hinwegzulesen, die in diesen schlichten Formulierungen stecken. Unter anderem appelliert Thich Nhat Hanh, sich auf einen Dialog zwischen Ost und West einzulassen, der auf gegenseitigem Respekt und Verständnis füreinander gründet, und nicht auf westlichen Überlegenheitsgefühlen. Solche Empfehlungen sind schon unzählige Male von ernsthaften und gebildeten Geistern Asiens ausgesprochen worden. Wir im Westen tun gut daran, diese weisen und ernsten Stimmen, die aus dem Herzen Asiens kommen, ernst zu nehmen, wenn wir einen dritten Weltkrieg und die durchaus denkbare Zerstörung des

größten Teils der Menschheit und unseres Planeten vermeiden wollen. Vor allem wir Amerikaner müssen vorurteilslos und offen auf solche Appelle hören, denn nicht nur ist unser Karma ganz eng mit demjenigen Vietnams und Asiens verknüpft - innerhalb einer einzigen Generation haben wir dort drei Landkriege ausgefochten -, sondern es hängt auch ein gutes Stück weit das Schicksal der gesamten Menschheit von uns ab. Man muß schon ganz taub und blind sein, wenn man nicht merken will, daß sich die Welt heute am Scheideweg befindet, und daß nichts Geringeres als ihr Überleben auf dem Spiel steht.

Wir müssen die Wurzeln unseres Menschseins wiederentdecken. Nhat Hanh stellt fest, daß an die Stelle der Liebe zu unseren Mitmenschen der Stolz auf unsere technischen Errungenschaften getreten ist. Wir müssen unseren Stolz ablegen und dürfen nicht länger nur uns selbst suchen. Vor allem aber müssen wir uns moralisch regenerieren und spirituell aufwachen; das bedeutet, daß wir einen Sinn für die wahre Natur der Dinge und für unsere Verantwortung auf allen Gebieten dieser Welt entwickeln müssen. Die Tatsache, daß wir uns selbst und unsere Umwelt auf verhängnisvolle Weise verschmutzt haben und durch Maßlosigkeit, Verschwendung und Mißmanagement unsere schwindenden natürlichen Ressourcen vergeuden, spricht beredt von unserer Habgier und Verantwortungslosigkeit. Wie lange wird die übrige Welt noch zusehen, wie wir in Amerika mit fünf Prozent der Weltbevölkerung fast 40 Prozent der Ressourcen dieser Erde verbrauchen ? Die globale Krise, deren Zeugen wir sind, könnte sehr wohl das erste Anzeichen des Aufbegehrens gegen diesen untragbaren Zustand sein.

Viele in Amerika fangen an, das zu begreifen, und sogar unsere führenden Politiker sagen, wir müßten unseren Lebensstil drastisch ändern. Aber begreifen sie wirklich, welchen spirituellen Wandel das voraussetzt? Wie sollen wir denn alle diese Einstellungen, die unserem Verhalten zu

grundeliegen, ausmerzen: die Habgier, die Aggression und das falsche Denken? Anders gesagt: Wie sollen wir es anstellen, daß das Banner unseres nationalen Ego eingeholt wird?

Eine Antwort legt sich wie von allein nahe - das Zen. Nicht unbedingt der Zen-Buddhismus, aber das Zen im allgemeinsten Sinn: der achtsame Geist, der sich auf einen einzigen Punkt richtet; das einfache, natürliche, disziplinierte Leben im Gegensatz zum aufwendigen und künstlichen; das Leben, das sich einfühlsam und solidarisch um unser eigenes Wohl und das der ganzen Welt sorgt, statt ichbezogen und aggressiv zu sein. Kurz, ein Leben, das in Harmonie mit der natürlichen Ordnung der Dinge gestaltet wird, statt im Dauerkonflikt mit ihr zu stehen.

Die Probleme der Umweltverschmutzung, von denen heute soviel die Rede ist, sind bei der Zen-Übung schon immer behandelt worden. Schließlich geht es beim Zen um die grundsätzlichste Verschmutzung von allen: die Verschmutzung des menschlichen Geistes. Zudem hat es auch schon immer eine Energiekrise gegeben, nämlich eine innerliche. Die Frage war nämlich schon immer, wie man die unbegrenzten Energien, die in uns selbst schlummern, freisetzen, also sozusagen die Kernspaltung unseres Geistes anstellen könne, um sie aufkluge Weise für uns selbst und für die gesamte Menschheit einzusetzen. Die Aktivierung dieser Energie nämlich führt zum Erwachen und zur Bewußtheit, und zwar nicht nur hinsichtlich unseres Körpers und Geistes, sondern auch unseres ganzen Erdballs.

In diesem Buch wird gesagt, daß das Zen im Osten infolge des Kriegs, der starken Einflüsse des Materialismus und der Technologie im Zerfall begriffen ist. Im Westen dagegen nährt die Ernüchterung über das »gute« Leben, das uns Materialismus und Technologie tatsächlich bescherehen, weithin das gegenwärtige Interesse am Zen. Uns geht nicht nur auf, daß unsere Technologie »einen ungeheuren

Aufwand treibt, um lauter belanglose Bedürfnisse des Menschen zu erfüllen«, sondern auch, daß wir zu Rädchen in einer außer Kontrolle geratenen Maschinerie geworden sind und von einem Wertesystem bestimmt werden, das den Menschen nicht mehr als menschliches Wesen betrachtet, sondern bloß noch als Konsumenten unzähliger Dinge. Soll sich das Zen ein für alle Male im Westen verwurzeln und im Leben der Europäer und Amerikaner zur lebendigen Kraft werden, so muß es offensichtlich seine vom Osten her geprägten kulturellen Zusätze ablegen und neue Formen entwickeln, um den Bedürfnissen unserer westlichen Kultur und Gesellschaft entsprechen zu können. Thich Nhat Hanh und andere am Zen ausgerichtete Asiaten bestätigen das.

Die Umrisse eines neuen, westlichen Zen zeichnen sich bereits ab. Es löst sich vom Zen, das an Mönchsklöster geknüpft war; stattdessen entstehen große Zentren, in denen ordinierte Männer und Frauen sowie Laien gemeinsam den Weg des Buddha einüben. Um sie gruppieren sich über das Land verstreut weitere kleine Gemeinschaften. Viele Bewegungen in der amerikanischen Gesellschaft, denen es um ein »bewußteres«, »achtsameres« Leben geht, stehen in engem Kontakt zu diesen Zen-Gemeinschaften. Viele dieser Gruppen ernähren sich von natürlich angebauten Nahrungsmitteln, treiben organischen Gartenbau und leben in Kommunen; auf spirituellem Gebiet integrieren sie in ihre Zen-Übungen andere Körper-Geist-Disziplinen wie das *hatha yoga* und das *tai-chi chuan*. Auf religiösem Gebiet entwickeln sie allmählich bedeutungsvolle Zeremonien und Rituale, wie sie westlichen Menschen entsprechen. In manchen Städten gibt es sogar Mitglieder von Zen-Gemeinschaften, die regelmäßig mit großen Leinensäcken über der Schulter ihre Nachbarschaft durchstreifen und alle Abfälle auflesen, um dadurch Demut und Nicht-Anhänglichkeit einzuüben. Andere nehmen aus dem gleichen Grund nied-

rige Arbeiten wie die von Putzhilfen, Geschirrspütern oder Müllmännern an. Ihr Leben spiegelt recht gut den Grundsatz wider: »Der wahre Reichtum des Menschen zeigt sich nicht in dem, was er besitzt, sondern in dem, was er mit Würde loslassen kann«.

Allerdings wäre es ein großer Verlust, würde das westliche Zen seine Verbindungen mit den großen Traditionen Asiens kappen, denen es seine Entstehung und Entfaltung verdankt. Damit würde es viele Jahrhunderte praktischer Erfahrung des menschlichen Geistes verlieren. Immer besteht die Gefahr, daß man das Kind mit dem Bad ausschüttet.

Das vorliegende Buch von Thich Nhat Hanh ist als erstes maßgebliches englischsprachiges Werk über die zen-buddhistische Tradition Vietnams erschienen. So stellt es für uns ein weiteres hervorragendes Bindeglied zum asiatischen Zen dar, und aus diesem Grund ist es von unschätzbarem Wert. Obwohl es ursprünglich in den frühen 1970er Jahren geschrieben wurde, geht es durchaus nicht nur auf die Bedürfnisse und Fragen der damaligen Zeit ein. Wer sich für den Buddhismus interessiert, findet hier auf jeden Fall substantielle Anregungen. Zudem hat Thich Nhat Hanh in seinen letzten zwanzig Jahren in Lehre und Praxis etliches dazugelernt, und er hat diese breitere Erfahrung bei der Überarbeitung des vorliegenden Textes eingebracht. Heute noch vermittelt dieses Buch - genau wie zum Zeitpunkt seiner ersten Veröffentlichung - das authentische »Gefühl« und den Geschmack des Zen: Naheliegenderweise, denn es entstammt der Liebe und einem profunden Wissen.

Philip Kapleau
Hollywood, Florida

Die Praxis der Achtsamkeit

Das kleine Buch

Ich war sechzehn Jahre alt, als ich in das Zen-Kloster Tu Hieu in der Kaiserstadt Hue eintrat. Nach einer kurzen Zeit des Einlebens in den Mönchsalltag stellte ich mich dem Mönch vor, der für meine Ausbildung verantwortlich war, und bat ihn, mich den »Weg« des Zen zu lehren. Er gab mir ein kleines Buch mit dem Titel »Kleines Handbuch für die Praxis«. Es war mit chinesischen Schriftzeichen geschrieben, und er sagte, ich solle es auswendig lernen.

Ich bedankte mich bei ihm und ging zum Lernen auf mein Zimmer. Dieses - in Zen-Kreisen berühmte - Buch ist in drei Teile gegliedert: 1. »Praktische Anleitungen für das Alltagsleben«, 2. »Die für den Novizen wesentlichen Übungen«, 3. »Die Lehren des Zen-Meisters Kuai Chan«. Das Buch enthält keinerlei geistliche Lehre; alle drei Teile handeln nur von praktischen Verhaltensweisen. Der erste Teil bietet eine Anleitung, wie man still wird und seinen Geist konzentriert; der zweite erklärt die für das Mönchsleben wesentlichen Vorschriften und andere Übungen; und beim dritten handelt es sich um eine eindringliche Ermahnung aller Anfänger im Zen, ihre Zeit und ihr Leben seien zu kostbar, als daß man sie mit Müßiggang vergeuden dürfe. Mir wurde versichert, nicht nur junge Novizen hielten sich in ihrer Anfangszeit an dieses Buch, sondern selbst vierzig- oder fünfzigjährige Mönche beobachteten genau seine Anleitungen.

Vor meinem Eintritt ins Kloster hatte ich bereits ein Stück westlicher Erziehung genossen, und ich hatte den Eindruck, die Methoden, wie man den Buddhismus in den Klöstern lehre, seien etwas altmodisch. Zuerst einmal trug man uns auf, das ganze Buch auswendig zu lernen. Dann sollten wir es in die Praxis umsetzen, ohne daß uns die theo-

retischen Grundsätze, auf denen es basierte, im geringsten erklärt worden wären. Ich sprach darüber mit einem Mitnovizen, der mir sagte: »So macht man das eben hier. Wenn du Zen erlernen willst, mußt du das hinnehmen.« So fügte ich mich darin, auf ganz traditionelle Weise mit dem Üben anzufangen.

Der erste Teil des »Kleinen Handbuchs«, *Praktische Anleitungen für das Alltagsleben*, enthält *gathas*, kurze Verse, die dazu dienen, jede einzelne alltägliche Verrichtung mit der Energie der Achtsamkeit zu erfüllen. Wenn man zum Beispiel die Hände wäscht, spricht man dazu: »Wasser fließt über diese Hände. Ich will es sorgsam gebrauchen, um unseren kostbaren Planeten zu erhalten.« Oder wenn man sich in der Meditationshalle auf seinen Platz setzt, sagt man sich still: »Ich setze mich jetzt hier wie unter den Bodhi-Baum. Mein Körper ist reine Achtsamkeit, bar jeder Zerstreuung.« Und sogar auf der Toilette sagt man: »Schmutzig oder rein, Aufnehmen oder Ausscheiden - diese Begriffe gibt es nur in unserem Geist. Die Wirklichkeit ist unerschütterlich beides zugleich.«

Die »Anleitungen für das Alltagsleben« enthalten fünfzig solcher *gathas*. Klugerweise beschränkt man sich nicht auf diese, sondern entwirft weitere, soweit man dafür Bedarf hat. Diejenigen im Handbuch sind nur Beispiele. Man sollte diese vorgegebenen Formeln entsprechend seinen Bedürfnissen und jeweiligen Umständen abwandeln oder sogar ganz ändern. Nehmen wir an, man benutzt das Telefon. Für das Telefon enthält das »Handbuch« kein *gatha*, weil es zur Zeit seiner Abfassung noch keine Telefone gab. Ich habe eine Anzahl *gathas* wie das folgende erfunden: »Worte können Tausende von Meilen fliegen. Mögen meine Worte Verständnis und Liebe bewirken. Mögen sie schön wie Edelsteine und lieblich wie Blumen sein.« Ich habe ein eigenes Buch mit traditionellen und modernen *gathas* verfaßt, das für den Alltagsgebrauch gedacht ist. Es

trägt den Titel: *»Present Moment Wonderful Moment: Mindfulness Verses for Daily Living - Jeder Augenblick ist wunderbar. Verse für die Achtsamkeit im Alltagsleben«.*

Als ich sechzehn war, dachte ich, das »Kleine Handbuch« sei für junge Leute und für solche geschrieben, die gerade erst mit der Praxis des Zen anfangen. Ich dachte, diese Methode diene nur der Einführung. Aber heute, mehr als fünfzig Jahre danach, weiß ich, daß das »Kleine Handbuch« die Quintessenz des Zen-Buddhismus enthält.

Der Schlüssel Achtsamkeit

Ich entsinne mich einer kurzen Unterhaltung zwischen dem Buddha und einem zeitgenössischen Philosophen:

»Ich habe gehört, der Buddhismus sei eine Erleuchtungslehre. Worin besteht deine Methode? Wie sieht deine tägliche Praxis aus?«

»Wir gehen, wir essen, wir waschen uns, wir setzen uns...«

»Was soll daran Besonderes sein? Jeder geht, ißt, wäscht sich, setzt sich...«

»Mein Herr, wenn wir gehen, achten wir auf das Gehen; wenn wir essen, achten wir auf das Essen...

Wenn andere gehen, essen, sich waschen oder sich setzen, achten sie gewöhnlich nicht auf das, was sie tun.«

Für den Buddhismus ist die Achtsamkeit der Schlüssel zu allem weiteren. Die Achtsamkeit ist die Energie, die auf alle Dinge und Aktivitäten ihr Licht wirft; sie bringt die Kraft der Konzentration hervor, führt zu tiefer Einsicht und zum Erwachen. Die Achtsamkeit ist die Grundlage jeglicher buddhistischer Praxis.

Die Achtsamkeit wirft ihr Licht auf alle Dinge. Das ist der Ausgangspunkt. Wenn ich ohne Achtsamkeit lebe, in

Selbstvergessenheit, lebe ich, wie Albert Camus in seiner Novelle »Der Fremde« sagt, »wie ein Toter«. Die alten Zen-Meister pflegten zu sagen: »Wenn wir in Selbstvergessenheit leben, sterben wir im Traum.« Wie viele von uns leben »wie Tote«! Das allererste, was wir tun müssen, ist: wieder lebendig werden, aufwachen und auf alles, was wir tun, genau achten. Sind wir mit voller Achtsamkeit dabei, wenn wir essen, trinken, bei der Meditation sitzen? Oder vergeuden wir unsere Zeit, weil wir zerstreut und selbstvergessen sind ?

Die Achtsamkeit bringt die Kraft der Konzentration hervor. Sie hilft uns, unsere Aufmerksamkeit auf das zu richten, was wir jeweils gerade tun, und folglich zu wissen, was wir tun. Gewöhnlich sind wir Gefangene unserer Gesellschaft. Unsere Energien sind überall verstreut. Unser Körper und unser Geist sind nicht in Harmonie miteinander. Wenn man anfangt, sich dessen genau bewußt zu sein, was man tut, sagt und denkt, macht man auch den Anfang damit, einen Damm gegen das Überschwemmtwerden von seiner Umgebung und von all seinen falschen Wahrnehmungen aufzubauen. Hat man die Lampe der Achtsamkeit eingeschaltet, so leuchtet man sein ganzes Wesen aus, und alles, was sich darin einstellt, jeder Gedanke und jedes Gefühl, wird ebenfalls genau beleuchtet. Dadurch entwickelt man wieder Selbstvertrauen, wird nicht mehr von den Schattenbildern seiner Illusionen überwältigt und entwickelt seine Konzentration zu voller Stärke. Man wäscht seine Hände, zieht sich an und verhält sich in allem genau wie vorher - aber jetzt ist man sich dessen, was man tut, redet und denkt, klar bewußt.

Die Praxis der Achtsamkeit ist keineswegs nur eine Übung für Novizen. Jeder muß sie sein Leben lang üben, sogar der Buddha selbst. Die Macht der Achtsamkeit und der Konzentration ist die spirituelle Kraft, die alle großen Männer und Frauen in der Geschichte der Menschheit erfüllt hat.

Die Achtsamkeit führt zu tiefer Einsicht und zum Erwachen.
Dem Zen-Buddhismus geht es darum, eine klare Sicht der Wirklichkeit zu erlangen und alle Dinge so zu sehen, wie sie wirklich sind. Diese Sicht erwirbt man mittels der Kraft der Konzentration. Die Erleuchtung besteht in dieser klaren Sicht. Wer erleuchtet wird, wird immer über irgend etwas Bestimmtes erleuchtet. Es gibt keine Erleuchtung an sich.

Die Einübung der Achtsamkeit

Der Prozeß, in dessen Verlauf *Licht auf alle Dinge* geworfen und *die Kraft der Konzentration hervorgebracht* werden und man zu *tiefer Einsicht und zum Erwachen* geführt wird, wird im Buddhismus als »Die Dreifache Einübung« bezeichnet: Es geht um *silā* (die Vorschriften), *samadhi* (Konzentration) und *prajna* (Einsicht). Das Wort *silā* bedeutet auch Achtsamkeit, denn bei allen Vorschriften geht es im wesentlichen um die Achtsamkeit. Vorschriften werden im Buddhismus nicht von irgendeiner Autorität von außen her auferlegt. Sie ergeben sich aus unserer eigenen Einsicht, und diese wiederum ist die Frucht der Übung der Achtsamkeit. Der Form verhaftet zu bleiben, ohne das Wesen zu erfassen, heißt in das fallen, was der Buddhismus die *Anhänglichkeit an die Regeln* nennt. Einsicht wird uns zuteil, wenn wir die Achtsamkeit von Körper, Gefühlen, Geist und den Objekten unseres Geistes praktizieren; all das macht die »Welt« aus. Aus diesem Grund besteht der erste Teil des »Kleinen Handbuchs« aus Versen, die man auswendiglernen soll, um damit die Achtsamkeit einzuüben, und das wird als »Praxis im Alltagsleben« bezeichnet.

Wenn eine Wissenschaftlerin in ihrem Labor arbeitet, raucht sie nicht, ißt sie keine Süßigkeiten und hört kein Radio. Sie verzichtet nicht auf alle diese Dinge, weil sie in sich unmoralisch wären, sondern weil sie weiß, daß sie die voll

kommene Konzentration auf den Gegenstand ihrer Forschung beeinträchtigen. Im Zen ist es dasselbe. Die Vorschriften helfen uns, in voller Achtsamkeit zu leben.

Im Zen kann man die Einsicht nicht einfach mittels des Intellekts erlangen, also durch Studium, Hypothesen, Analysen und Synthesen. Der Zen-Anfänger muß sein gesamtes Wesen als Instrument der Wahrnehmung einsetzen. Unser Intellekt ist nur ein Teil unseres Wesens, und zwar ein Teil, der uns oft von der lebendigen Wirklichkeit ablenkt, um die es dem Zen ganz wesentlich geht. Aus diesem Grund stellt das »Kleine Handbuch« den Buddhismus nicht als Theorie vor, sondern führt den Übenden direkt in die alltägliche Praxis des Zen ein.

Im Kloster verrichtet der Übende alles mit Achtsamkeit: Er trägt Wasser, sucht Brennholz, bereitet die Mahlzeit zu, pflanzt Gemüse... Zwar wird man auch in die Sitzmeditation eingeführt, aber man lernt gleichzeitig, mit voller Achtsamkeit das Wasser zu tragen, zu kochen oder Gemüse zu pflanzen. Das Wassertragen ist nicht nur eine notwendige und nützliche Verrichtung, sondern es ist das Wesentliche am Zen. Wer sich nicht während des Wassertragens um die richtige Einstellung bemüht, vergeudet seine Zeit sinnlos, wenn er sich im übrigen hinter die Mauern eines Klosters zurückzieht. Ist man dagegen bei allem, was man tut, mit voller Achtsamkeit dabei, so kann man unmittelbar in die Welt des Zen eintreten, auch wenn man überhaupt nichts anderes tut als alle anderen Menschen auch.

Ein Zen-Meister sieht seinem Schüler schweigend zu, während dieser versucht, jeden Augenblick seines Tageslaufs mit der Übung zu durchsetzen. Der Schüler hat vielleicht das Gefühl, sein Lehrer kümmere sich nicht genügend um ihn, aber seine Verhaltensweisen und Handlungen können dem Meister nicht entgehen. Der Meister hat einen sicheren Blick dafür, ob der Schüler »wach« ist oder nicht. Wenn der Schüler zum Beispiel die Tür laut oder

unachtsam zuschlägt, zeigt er einen Mangel an Achtsamkeit. Das leise Schließen einer Tür ist nicht an sich ein tugendhafter Akt, aber das Achten auf das Schließen der Tür ist ein Ausdruck wirklichen Übens. In diesem Fall macht der Meister den Schüler lediglich darauf aufmerksam, die Tür leise zu schließen und voll bewußt darauf zu achten. Der Meister tut das nicht nur, um die Stille im Kloster zu wahren, sondern er will den Schüler vor allem darauf aufmerksam machen, daß er die Achtsamkeit nicht geübt hatte und folglich seine Verrichtungen nicht souverän oder sensibel waren. Es heißt, im Buddhismus gebe es neunzigtausend »behutsame Verrichtungen«, die man einüben müsse. Alle diese Gesten und Akte sind Ausdruck des Vorhandenseins der Achtsamkeit. Alles, was wir mit Achtsamkeit sagen, denken oder tun, wird beschrieben als etwas, »was den Geschmack des Zen« an sich hat.

Erlebt ein Übender also, daß er getadelt wird, ihm fehle in seinem Reden und Tun der »Geschmack des Zen«, dann sollte ihm aufgehen, daß das für ihn heißt, er müsse sich Mühe geben, mit größerer Achtsamkeit zu leben.

II

Eine Tasse Tee

In seine eigene Natur blicken

In allen Zen-Tempeln gibt es gute Porträts des Bodhidharma. Dasjenige in meinem Kloster war mit Tusche von einem chinesischen Künstler gemalt und zeigte den indischen Mönch mit intensiven, ausdrucksstarken Zügen. Seine Augenbrauen, seine Augen und sein Kinn wiesen auf einen entschlossenen Geist hin. Es heißt, Bodhidharma habe im fünften Jahrhundert gelebt, und er gilt als der Erste in der Ahnenreihe der Lehrer des Zen-Buddhismus in China. Es mag sein, daß vieles, was man über sein Leben erzählt, historisch nicht stichhaltig ist, aber Persönlichkeit und Geist dieses Mönchs, wie ihn die Tradition beschreibt, sind zur Idealfigur für alle geworden, die nach der Zen-Erleuchtung streben.

Er ist das Inbild des Menschen, der vollkommene Selbstbeherrschung erlangt hat, völlige Freiheit und eine unglaubliche spirituelle Kraft, die es ihm ermöglicht, sich auf Glück und Unglück und alle Wechselfälle des Lebens mit absoluter Ruhe und Klarheit einzulassen. Ausschlaggebend für das Wesen seiner Persönlichkeit ist nicht, daß er zur Frage, was die absolute Wirklichkeit sei, klar Stellung genommen oder daß er eine unbezähmbare Willensstärke entwickelt hätte, nein: Entscheidend ist, daß er einen sehr tiefen Einblick in seinen eigenen Geist und in jegliche lebendige Wirklichkeit erlangt hat. Im Zen wird dafür der Ausdruck »in seine eigene Natur blicken« verwendet.

Ist einem diese Erleuchtung zuteil geworden, dann lösen sich im eigenen Inneren alle falschen Ansichten von allein auf. Es entsteht eine neue Sicht der Wirklichkeit, die zu tiefem Frieden, großer Stille und spiritueller Kraft führt; ihr Kennzeichen ist das Fehlen jeglicher Angst. *In seine eigene Natur zu blicken* ist das Ziel des Zen.

Bodhidharmas Ausspruch

In seine eigene Natur blicken zu können, ist nicht die Frucht langen Studierens oder Forschens. Es handelt sich vielmehr um eine tiefe Einsicht, die sich daraus ergibt, daß man im Herzen der Wirklichkeit, nämlich in vollkommener Achtsamkeit lebt. Nach Aussage des Bodhidharma ist das Zen

eine Überlieferung ganz eigener Art außerhalb der Schriften, nicht gegründet auf Wörter oder Buchstaben; sie zielt direkt ins Herz der Wirklichkeit, so daß wir in unsere eigene Natur blicken und erwachen können.

Als Bodhidharma im fünften Jahrhundert nach China kam, studierten die chinesischen Buddhisten Texte, die erst unlängst übersetzt worden waren. Sie waren mehr damit beschäftigt, die darin enthaltenen Ideen zu systematisieren und buddhistische Sekten zu gründen, als die Meditation zu praktizieren. Bodhidharmas Ausspruch war wie ein Donnerschlag; er wollte sie damit aufwecken und ihren Sinn für die Praxis und die Erfahrungs-Dimension des Buddhismus wachrütteln.

Weil er wie ein Donnerschlag kommt, wirkt Bodhidharmas Ausspruch vielleicht extrem. Aber wenn wir das Verhältnis zwischen Zen und indischem Buddhismus genauer betrachten, sehen wir, daß die Aussage des Bodhidharma ziemlich genau dem Geist der Lehre des Buddha selbst entspricht. Bodhidharma sagte:

Das Zen ist direkt vom Buddha übermittelt worden und hat überhaupt nichts mit den Schriften und Lehren zu tun, die ihr studiert.

Auf den ersten Blick könnte es den Anschein haben, als handle es sich beim Zen um eine Art Geheimlehre, die vom

Meister an den Schüler und nicht mittels Schriften und Kommentaren weitergegeben wird, also um ein spirituelles Vermächtnis, das nur Eingeweihte erfassen können. Schon die Vorstellung, es lehren zu können, ist falsch, denn das Zen läßt sich nicht mit Hilfe von Symbolen lehren; es geht direkt vom Meister auf den Schüler über, »von Geist zu Geist«. Viel gebraucht ist das Bild vom *Siegel*, das dem Geist eingepägt wird; aber nicht ein Siegel aus Holz, Kupfer oder Elfenbein, sondern ein »Geistsiegel«. Das Wort »Weitergabe« (transmission) bezeichnet die Weitergabe dieses Geistsiegels. Das Zen *ist* ein solches Geistsiegel. Das umfangreiche Erbe kanonischer buddhistischer Schriften mag zum Buddhismus gehören, aber der Zen-Buddhismus hält nicht viel davon. Das Zen läßt sich nicht in den Schriften finden, denn Zen ist »nicht gegründet auf Wörter oder Buchstaben«. Von Kommentatoren wird Bodhidharmas Ausspruch oft in diesem Sinn gedeutet.

Doch handelt es sich hier um ein Mißverständnis. Das ergibt sich daraus, daß die Kommentatoren die innige Beziehung zwischen dem Zen und dem frühen Buddhismus übersehen. Der Vorbehalt gegenüber jeglicher Beschreibung der letzten Wirklichkeit mit Worten durchzieht alle Lehren des Buddha. Bodhidharmas Ausspruch liegt ganz auf der Linie dieser Tradition, und es handelt sich dabei lediglich um einen drastischen Kniff, damit die Menschen mit der Nase auf die *unmittelbare spirituelle Erfahrung* gestoßen werden.

Die buddhistische Revolution

Der Buddhismus ist gegen Ende des sechsten Jahrhunderts vor der Zeitenwende entstanden. Das Wort »Buddhismus« kommt vom Sanskrit-Verb *budh*, das in den vedischen Schriften meistens »wissen«, aber dann auch »aufwachen«

bedeutet. Wer *weiß*, wer *aufwacht*, wird ein »Buddha« genannt. Die Chinesen haben das Wort »Buddha« mit »ein Erwachter« übersetzt. *Der Buddhismus ist deshalb eine Lehre des Erwachens, eine Lehre der Einsicht und des Verstehens.*

Aber der Buddha hat von Anfang an klar und deutlich gesagt, daß man dieses Erwachen, dieses Verstehen nur erlangen kann, indem man den »Weg« praktiziert, und nicht, indem man sich Studien und Spekulationen hingibt. Die Befreiung ergibt sich im Buddhismus durch Verstehen und nicht durch Gnade oder Verdienst.

Den Aufstieg des Buddhismus in Indien muß man als eine neue Sicht des Menschseins und des Lebens begreifen. Diese Sicht wurde zunächst als Reaktion gegen die Praktiken und Glaubensüberzeugungen des Brahmanismus entwickelt, von denen die damalige Gesellschaft beherrscht war. Wie sah diese Gesellschaft aus? Vom Intellektuellen her gesehen, beherrschte die brahmanische Tradition alles. Ihre drei Grundelemente, die niemand in Frage stellen konnte, waren: die vedische Offenbarung, die göttliche Erhabenheit des Brahma und die Wunderkraft des Opfers. Vom Glauben her gesehen, ging es allen Schulen um Brahma, Vishnu und Shiva. Auf philosophischem Gebiet stellten die Gedanken der Veden und der Upanishaden die Grundlage für alle Auffassungen dar. Auf dieser Grundlage wurden Sankhya, Yoga und die sechs philosophischen Schulen gegründet und entfaltet. Der Buddhismus stellte sich in frontalen Gegensatz zur absoluten vedischen Autorität und zu allen daraus abgeleiteten Vorstellungen. Vom Glauben her gesehen, verwarf der Buddhismus jegliche Form des Gottesglaubens und alle Arten von Opfern. In sozialer Hinsicht stellte der Buddhismus das Kastensystem radikal in Frage; er nahm die Unberührbaren als gleichrangig mit den Königen in seine Mönchsgemeinschaften auf. (Als der Buddha einmal einen Unberührbaren traf, der gerade die Abortgrube reinigte, führte er ihn zum Waschen

ans Flußufer und nahm ihn dann sogleich in die buddhistische Gemeinschaft auf, trotz des erbitterten Protests der anderen.) Auf intellektuellem Gebiet verwarf der Buddhismus radikal die Vorstellung eines Selbst (*atman*), die den Kernpunkt der brahmanischen Lehre ausmacht.

Man kann heute noch deutlich sehen, wie der Buddha gegen die vorherrschenden Gedanken seiner Zeit anging, wenn man zum Beispiel die *Brahmajalasutta* in den *Dighanikaya* (*Langen Lehrreden*) liest. Seinen Einspruch gegen das brahmanische Denken muß man in erster Linie als Reaktion und Revolte betrachten, und nicht als Versuch, die buddhistische Sichtweise vorzustellen. Damit soll nicht gesagt sein, daß alle in den Veden und Upanishaden enthaltenen Gedanken rundweg irrig oder im Widerspruch zur Wahrheit seien. Dieser Einspruch ist ein Donnerschlag, der bewußt schockieren will, um alle Sitten, Bräuche und Denkgewohnheiten, die die Gesellschaft in eine Sackgasse geführt haben, in ihren Grundfesten zu erschüttern.

Weil die brahmanische Lehre ihrer Methodologie und Ontologie den Begriff des *atman* (wahren Selbst) zugrundelegt, stellte der Buddha dagegen die Lehre vom *anatman* (Nicht-Selbst) auf. Was wollte er damit sagen? *Dieses Selbst, von dem du redest, sei es nun das große Selbst oder das kleine Selbst, ist nur ein Begriff, der keinerlei Entsprechung in der Wirklichkeit hat.*

Wollten wir in ontologischen Kategorien sprechen, so könnten wir sagen, der Buddha betrachtete seine Lehre vom Nicht-Selbst als Wahrheit, die im frontalen Gegensatz zur Lehre vom Selbst stand; aber das ist nicht ganz richtig. Methodologisch gesehen ist unmittelbar einsichtig, daß er den Begriff des Nicht-Selbst als Zündstoff verstand, der uns aus dem Gefängnis des Dogmas freisprengen soll. Wir müssen also die Frage nach Wahr oder Falsch zurückstellen und zunächst die Haltungen und Methoden genauer untersuchen. Von da her können wir dann sagen, daß der Begriff

des Nicht-Selbst in Reaktion gegen den brahmanischen Begriff des Selbst geprägt wurde, also nicht eine vom zeitgenössischen Denken unabhängige Entdeckung darstellt. Er war das Produkt einer Reaktion und diente später als Ausgangspunkt für eine neue Verstehensweise.

Das Nicht-Selbst

Im Buddhismus werden oft drastische Methoden gebraucht, um eingeschliffene Gewohnheiten und Vorurteile auszumerzen. Dieser Charakterzug des Buddhismus zeichnet ganz besonders das Zen aus.

Der Buddha benutzte den Begriff des Nicht-Selbst, um zu bestürzen und zu zerstören. Später verwendete er ihn dazu, seine Lehre vom Erwachen zu verdeutlichen. So kann man sagen, daß der Begriff des Nicht-Selbst den Ausgangspunkt des Buddhismus darstellt.

Die buddhistischen Schriften sprechen oft von der »Nicht-Selbst«-Natur aller Phänomene. Die Dinge besitzen kein Selbst (*sarvadharmasnaimtmya*). Nichts enthält in sich selbst eine absolute Identität. Das bedeutet: Das Grundprinzip der formalen Logik, nämlich das Prinzip der Identität, wird verworfen. Gemäß diesem Prinzip muß A immer A sein, B immer B; A kann nicht B sein. Die Lehre vom Nicht-Selbst dagegen sagt: A ist nicht A, B ist nicht B, und A kann durchaus B sein. Das stößt die Menschen vor den Kopf und hält sie dazu an, sich selbst in Frage zu stellen.

Um die Rede vom Nicht-Selbst richtig zu verstehen, muß man zusätzlich den Begriff der Unbeständigkeit (*anitya*) im Buddhismus in Betracht ziehen. Alles ist unbeständig. Alles ist unablässig im Wandel begriffen. Nichts bleibt in zwei aufeinanderfolgenden *ksanas* (den kürzesten vorstellbaren Zeiteinheiten) ein und dasselbe. Weil alle Dinge sich unablässig verändern, können sie ihre Identität nicht

erhalten, nicht einmal während zweier aufeinanderfolgender *ksanas*. Wenn sie ihre Identität nicht wahren können, sind sie Nicht-Selbst, das heißt, bar einer absoluten Identität. Da A keine stabile Identität hat, ist das jetzige A nicht mehr das A der vorhergehenden *ksana*, und deshalb kann man sagen, A sei nicht A. Unbeständigkeit ist ein anderer Name für Nicht-Selbst. In der Zeit sind die Dinge unbeständig; im Raum haben sie keine stabile Identität. Nicht nur physische Phänomene sind unbeständig und ohne klar umrissenes Selbst, sondern das gleiche gilt auch für physiologische Phänomene, wie zum Beispiel für unseren Körper, und für mentale Phänomene und Gefühle.

Viele meinen, die Lehre von Nicht-Selbst und Unbeständigkeit, *anatman* und *anitya*, seien die Grundlage für eine pessimistische Morallehre. Sie sagen: »Wenn alle Dinge unbeständig und bar jeder festen Identität sind, warum dann sich abmühen, sie zu erlangen?« Das ist ein Mißverständnis der Lehre des Buddha. Der Buddha zielt auf Befreiung durch Verstehen. Daher ist es notwendig, sich die Lehren des Buddha genauer unter dem Gesichtspunkt des Verstehens anzusehen; keinesfalls dagegen darf man seine Worte zu buchstäblich nehmen, ohne ihren eigentlichen Sinn zu begreifen. Unbeständigkeit und Nicht-Selbst sind wichtige Prinzipien, die zu tiefem Verständnis verhelfen.

Dinge und Begriffe

Das Prinzip des Nicht-Selbst bringt die Kluft zwischen den Dingen an sich und den Begriffen, die wir von ihnen haben, ans Licht. Die Dinge sind dynamisch und lebendig, während unsere Begriffe statisch sind. Sehen wir uns zum Beispiel einen Tisch an. Wir haben den Eindruck, der Tisch selbst und unser Begriff davon seien identisch. In Wirklich-

keit ist das, was wir für einen Tisch halten, nur unser Begriff. Der Tisch ist etwas ganz anderes. Eine Reihe von Begriffen wie Holz, braun, fest, drei Fuß hoch, alt usw. fügen sich in uns zum Begriff »Tisch« zusammen. Der Tisch selbst ist immer sehr viel mehr als all das. Ein Kernphysiker zum Beispiel könnte uns sagen, der Tisch sei eine Unmenge von Atomen, deren Elektronen wie ein Bienenschwarm umherschwirren, und wenn wir diese Atome eng zusammenpacken könnten, wäre die Masse kleiner als ein Finger unserer Hand. Dieser *Tisch* ist in Wirklichkeit ständig im Wandel begriffen; sowohl in der Zeit wie im Raum besteht er aus lauter *Nicht-Tisch-Elementen*. Er hängt so sehr von diesen Elementen ab, daß, würden wir sie ihm entziehen, auch kein Tisch mehr übrigbliebe.

Der Wald, der Baum, die Säge, der Hammer und der Möbelschreiner sind Nicht-Tisch-Elemente, genau wie die Eltern des Möbelschreiners, das Brot, das sie essen, der Schmied, der den Hammer angefertigt hat usw. Wenn wir tief genug in den Tisch hineinzuschauen verstehen, können wir die Anwesenheit aller dieser Nicht-Tisch-Elemente in ihm wahrnehmen. Die Existenz des Tisches führt uns die Existenz aller Nicht-Tisch-Elemente vor Augen, ja in Wirklichkeit sogar die Elemente des gesamten Universums. Diese Vorstellung ist im *Avatamsaka*-System des Buddhismus in den Begriff des »Ineinander aller Dinge« gefaßt.

Das Ineinander aller Dinge

Die Entstehung von allem wird im Buddhismus als »Ineinandersein« bezeichnet. Geburt, Wachstum und Verfall jedes Dinges hängen von vielfältigen Ursachen und Bedingungen ab und nicht nur von einer einzigen. Die Gegenwart eines einzigen Dinges (*dharma*) impliziert die Gegenwart aller anderen Dinge. Der erleuchtete Mensch sieht

jedes Ding nicht als abgetrenntes, in sich stehendes Wesen, sondern als Manifestation der gesamten Wirklichkeit. Im zwölften Jahrhundert hat der vietnamesische Mönch Dao Hanh gesagt: »Wenn ein Ding existiert, existiert alles, sogar jedes Staubkorn. Wenn ein Ding leer ist, ist alles leer, sogar das gesamte Universum.«

Die Lehre vom Nicht-Selbst zielt darauf ab, deutlich vor Augen zu führen, daß alle Dinge ihrer Natur nach *ineinander sind*; gleichzeitig zeigt sie uns, daß die Begriffe, die wir von den Dingen haben, die Wirklichkeit nicht angemessen reflektieren und sie nicht wiedergeben können. Die Welt der Begriffe ist nicht die Welt des Wirklichen. Das begriffliche Wissen ist kein vollkommenes Instrument zum Erwerb der Wahrheit. Worte taugen nicht, um die Wahrheit der letzten Wirklichkeit auszudrücken.

Die Illusion der Metaphysik

Diese einleitenden Bemerkungen skizzieren den Ausgangspunkt des Zen-Buddhismus. Wenn die Begriffe nicht die Wirklichkeit wiedergeben, muß man das begriffliche Wissen über die Wirklichkeit als irreführend betrachten. Im Buddhismus wird das immer und immer wieder vor Augen geführt. Der Buddha sagte seinen Schülern unentwegt, sie sollten ihre Zeit und Energie nicht mit metaphysischen Spekulationen verschwenden. Immer, wenn man ihm eine metaphysische Frage stellte, verharrte er im Schweigen. Stattdessen leitete er seine Schüler an, sich um praktische Dinge zu mühen. Als er eines Tages gefragt wurde, ob die Welt unendlich sei, sagte der Buddha: »Mag die Welt nun endlich oder unendlich sein, begrenzt oder unbegrenzt - das Problem, wie du befreit wirst, bleibt dasselbe.« Ein anderes Mal sagte er: »Nehmen wir an, jemand wird von einem Giftpfeil getroffen und der Arzt möchte den Pfeil

unverzüglich aus der Wunde entfernen. Stellen wir uns vor, der Mensch wollte sich erst dann den Pfeil herausnehmen lassen, wenn er wisse, wer ihn geschossen habe, wie alt er sei und wer seine Eltern seien und warum er ihn geschossen hat. Was würde geschehen? Würde er warten, bis er eine Antwort auf alle diese Fragen bekäme, dann würde er lange vorher schon sterben.« Das Leben ist recht kurz. Man darf es nicht damit vergeuden, sich endlosen metaphysischen Spekulationen hinzugeben, die einen der Wahrheit keinen Schritt näherbringen.

Wenn nun aber das begriffliche Wissen trügerisch ist - zu welchem anderen Instrument können wir greifen, um die Wirklichkeit zu erfassen? Nach Auffassung des Buddhismus rühren wir an die Wirklichkeit nur durch direkte Erfahrung. Studieren und Spekulieren gründen sich auf Begriffe. Beim Herstellen von Begriffen zerstückeln wir die Wirklichkeit in lauter kleine Einzelteile, die unabhängig voneinander zu existieren scheinen. Diese Art des begrifflichen Erfassens von Dingen nennt man nach der Vijñānavādin-Schule des Buddhismus *imaginierendes und diskriminierendes/unterscheidendes Wissen (vikalpa)*. Die Fähigkeit, mit der man die Wirklichkeit direkt erfährt, ohne sich dabei irgendwelcher Begriffe zu bedienen, nennt man die *nicht-diskriminierende/nicht-unterscheidende und nicht-imaginierende Weisheit (nirvikalpañāna)*. Diese Weisheit ist die Frucht der Meditation. Es handelt sich um ein direktes und vollkommenes Wissen um die Wirklichkeit, eine Form des Verstehens, bei der man nicht zwischen Subjekt und Objekt unterscheidet. Der Intellekt kann sie sich nicht vorstellen, die Sprache kann sie nicht fassen.

Die Erfahrung an sich

Nehmen wir an, ich lade Sie auf eine Tasse Tee ein. Sie nehmen Ihre Tasse entgegen, kosten den Tee und trinken dann einen weiteren Schluck. Sie scheinen ihn zu genießen. Dann stellen Sie Ihre Tasse ab, und wir unterhalten uns.

Nehmen wir weiter an, ich bitte Sie jetzt, den Tee zu beschreiben. Sie greifen auf Ihre Erinnerung, auf Ihre Begriffe und Ihren Wortschatz zurück, um die Empfindungen, die Sie beim Trinken hatten, zu beschreiben. Sie sagen vielleicht: »Das ist ein sehr guter Tee, bester Tieh-Kuan-Ying-Tee, hergestellt in Taipei. Ich schmecke ihn immer noch im Mund. Er ist sehr erfrischend.« Sie könnten ihre Empfindungen noch auf viele andere Arten beschreiben. Aber alle diese Begriffe und diese Worte *beschreiben* Ihre *direkte Erfahrung* des Tees; *sie sind nicht die Erfahrung selbst*. Mehr noch: Bei der direkten Erfahrung des Tees unterscheiden Sie nicht scharf zwischen sich selbst als Subjekt der Erfahrung und dem Tee als Objekt der Erfahrung; sie denken nicht, der Tee sei der beste - oder schlechteste - Tieh-Kuan-Ying-Tee aus Taipei. Es gibt keinen Begriff und kein Wort, der bzw. das diese Empfindung an sich, die Sie erfahren, fassen könnte. Sie können so viele Beschreibungen liefern, wie Sie wollen - trotzdem haben ausschließlich Sie selbst eine direkte Erfahrung des Tees gehabt. Wer Ihnen zuhört, kann bei sich selbst in seiner Erinnerung nur bestimmte ähnliche Empfindungen abrufen, die er selbst vielleicht schon gehabt hat; aber das ist auch alles. Und wenn Sie selbst diese Erfahrung beschreiben, liegt die Gegenwart dieser Erfahrung schon wieder hinter Ihnen. In der Erfahrung selbst waren sie eins mit dem Tee. Da gab es keine scharfe Trennung zwischen Subjekt und Objekt, kein Werten und kein Unterscheiden. Diese reine Empfindung ist ein Beispiel für *nicht-diskriminierende Weisheit*, die uns ins Herz der Wirklichkeit einführt.

Der Außenblick des Erwachens

An die Wahrheit zu rühren, heißt nicht, Wissen anzusammeln, sondern für das *Herz der Wirklichkeit* aufzuwachen. Die Wirklichkeit offenbart sich im Augenblick des Erwachens als vollständig und ganz. Im Licht des Erwachens wird nichts hinzugefügt, und nichts geht verloren. Gefühle, die auf Begriffen gründen, rühren uns nicht mehr. Wenn Bodhidharma ein idealer Mensch ist, dann deshalb, weil er die Ketten der Illusion zerbrochen hat, die uns an die Welt der Begriffe fesseln. Der Hammer, der zum Zerschlagen dieser Ketten verwendet wird, ist die Praxis des Zen. Es kann sein, daß sich der Augenblick des Erwachens in einem Aufbruch schallenden Gelächters kundtut - aber das ist nicht das Lachen eines Menschen, der in der Lotterie gewonnen oder irgendeinen Sieg errungen hat. Es ist das Lachen von jemandem, der etwas lange gesucht hat und es plötzlich in seiner eigenen Kitteltasche findet.

Eines Tages stand der Buddha vor der Versammlung auf dem Geierberg. Alle warteten gespannt darauf, daß er anfange, seine Predigt über das Dharma zu halten, aber er verharrte im Schweigen. Nach langer Zeit hob er eine Blume auf und sagte immer noch kein Wort. Alle in der Versammlung schauten auf ihn, aber sie verstanden überhaupt nichts. Doch dann blickte plötzlich einer der Mönche den Buddha mit strahlenden Augen an und lächelte. Der Buddha sagte hierauf: »Ich habe den Schatz der Schau des vollkommenen *Dharma*², den wunderbaren Geist des *nirvana*, die Wirklichkeit ohne jeglichen Makel, und ich habe all das an Mahakasyapa weitergegeben.« Der Mönch, der lächelte, war tatsächlich Mahakasyapa, einer der berühmten Schüler des Buddha.

2 *Dharma* (groß geschrieben) bedeutet hier: die Lehre und der Weg der Weisheit, der innerste Zusammenhang und Sinn; d. Übers.

Mahakasvapa gelangte in dem Augenblick zum Erwachen, als der Buddha die Blume emporhob. Er sah die Blume wirklich, und er empfing das »Geistessiegel« des Buddha, um in der Zen-Terminologie zu sprechen. Buddha hatte sein tiefes Verständnis von Geist zu Geist mitgeteilt. Er hatte das Siegel seines Geistes genommen und es dem Geist des Mahakasyapa aufgeprägt. Beim Lächeln des Mahakasvapa handelte es sich zwar nicht um einen heftigen Ausbruch, aber es war von genau derselben Natur und Wesensart wie die Lachausbrüche der großen Zen-Meister. Mahakasyapa gelangte dank der Blume und seines tiefen Schauens zum Erwachen. Manche Zen-Meister haben das Erwachen durch einen Ruf, einen Schrei oder sogar einen Fußtritt erlangt.

III

Die Zypresse im Klosterhof

Die Sprache des Zen

Das Wesentliche am Zen ist das Erwachen. Aus diesem Grund *redet man nicht über Zen, sondern man erfährt es*. Das Erwachen indes ist ein nachhaltiges Phänomen, das ausstrahlt wie die Sonne. Den »erwachten« Menschen erkennt man an einer Reihe bestimmter Merkmale. Allen voran ist das die Freiheit: Er läßt sich nicht von den Wechselfällen des Lebens wie Furcht, Freude, Angst, Erfolg oder Mißerfolg hin- und herwerfen. Ferner verfügt über eine spirituelle Energie, die sich offenbart in ausgeglichener Ruhe, unergründlichem Lächeln und tiefer Gelassenheit. Lächeln, Blick, Wort und Tun der erwachten Persönlichkeit stellen die *Sprache* des Erwachens dar. Zen-Meister setzen diese Sprache ein, um die Übenden zu führen. Ein Zen-Meister gebraucht wie jeder andere Mensch Worte und Begriffe, aber er läßt sich von diesen Worten oder Begriffen nicht bestimmen oder einschränken. Die Sprache des Zen zielt immer darauf ab, die Denkgewohnheiten derer zu zerschlagen, die ausschließlich in begrifflichen Kategorien zu denken vermögen. Sie legt es vorwiegend darauf an, Krisen hervorzurufen, welche die Erfahrung des kostbaren Augenblicks des Erwachens herbeiführen sollen.

Sehen wir uns daraufhin zwei Ausschnitte aus Unterredungen genauer an.

(1) *Chao-Chou*: Was ist der Weg?

Nan-Chüan: Es ist unser Alltagsgeist.

Chao-Chou: Muß man ihn unbedingt wahrnehmen?

Nan-Chüan: Den Weg wahrnehmen zu wollen, versperrt den Weg.

Chao-Chou: Ohne das zu wollen - wie kann man dann wissen, ob es der Weg ist?

Nan-Chüan: Der Weg hängt nicht davon ab, was du weißt oder nicht weißt. Wenn du ihn weißt, handelt es sich bei deinem Wissen nur um spekulative Ideen. Wenn du ihn nicht weißt, ist dein Nichtwissen wie das der unbeseelten Geschöpfe. Wenn du keine Zweifel hast, tut sich das grenzenlose Universum direkt vor dir auf, und diskriminierendes Unterscheiden ist nicht möglich.

- (2) Ein Mönch fragt den Zen-Meister Chao-Chou: Welche Absicht bewog Bodhidharma, nach China zu kommen ?
Chao-Chou: Schau auf den Zypressenbaum im Klosterhof.

Im ersten Gespräch geht es um die Hindernisse, die sich einstellen, wenn man Begriffe verwendet; der Fragende soll ein Gespür für das nicht-unterscheidende Wahrnehmen bekommen. Beim zweiten Gespräch soll die Gewohnheit des begrifflichen Denkens erschüttert werden; es zielt auf den Schock, der zum Auslösen des Erwachens notwendig ist. Wenn der Geist des Schülers zu diesem Zeitpunkt dafür reif ist, kann sich die Erleuchtung auf der Stelle ereignen.

Ein erwachter Zen-Meister hat ein sicheres Gespür für seine Schüler und kann ihnen für das Eintreten in die Welt des Erwachens wertvolle Hilfestellung geben. Die Sprache des Zen ist eines der Hilfsmittel dazu. Dabei müssen folgende Bedingungen erfüllt sein:

1. Sie muß die Kraft besitzen, uns von unseren Vorurteilen und unserer Anhänglichkeit an das Wissen zu befreien.
2. Sie muß auf die Person, an die sie sich richtet, zugeschnitten sein.
3. Sie muß kunstvoll und wirksam sein.

Der Finger und der Mond

Da man die Wirklichkeit nur leben und erfahren kann, versuchen die buddhistischen Lehren nie, die Wirklichkeit zu beschreiben. Sie wollen nur Methoden aufzeigen, um die Übenden in Richtung der Wirklichkeit zu führen.

Die »Sutra des vollkommenen Erwachens« (*Mahavai-pulyapurnabuddha-Sutra*) sagt: »Alle Lehren des Buddha sind ein Finger, der zum Mond zeigt.« Um auf den Mond zu zeigen, verwenden wir unseren Finger, aber wir dürfen nicht den Finger mit dem Mond verwechseln. Der Finger ist nicht der Mond. »Kunstvolle Mittel« - auf Sanskrit *upaya* - sind Methoden, die dafür geschaffen wurden, die Menschen in Richtung Erwachen zu führen. Nimmt man diese Methoden jedoch als Beschreibung des Erwachens oder hält man sie für das Erwachen selbst, dann werden sie zu einer Art Gefängnis. *Sobald wir meinen, der Finger sei der Mond, schauen wir nicht mehr in die Richtung, in die der Finger zeigt.*

»Kunstvolle Mittel« können aus einer verbalen Erklärung oder aus einer simplen Geste bestehen. Große Meister verfügen über das, was man im Buddhismus als die *Weisheit der kunstvollen Wege (upaya-jnana)* bezeichnet. Es handelt sich um die Fähigkeit, verschiedene Methoden zu schaffen und anzuwenden, die sich dazu eignen, unterschiedliche Menschentypen unter unterschiedlichen Umständen zum Erwachen hinzuführen. Solche »kunstvollen Mittel« sind zum Beispiel die Unterredungen zwischen Chao-Chou und Nan-Chüan. »Kunstvolle Mittel« sind auch die Zypresse im Klosterhof und die Blume, die der Buddha in der Hand hält.

Diese Mittel sind allerdings nur dann »kunstvoll«, wenn sie auf die *spezifische Situation* passen. Um *wirksam* zu sein, müssen sie den tatsächlichen Bedürfnissen und der jeweiligen Mentalität des Betroffenen, der geführt werden soll,

genau entsprechen. Ist ein Meister nicht imstande, die Mentalität seines Schülers zu erfassen, dann findet er auch nicht die geeigneten kunstvollen und wirksamen Mittel für ihn. Kein einziges bestimmtes Mittel paßt unter allen Umständen. Daher müssen die Lehrer ständig neue Mittel ersinnen und sich dabei auf ihr Verständnis des Buddha-Weges und auf ihre Kenntnis ihrer Schüler und der jeweiligen Umstände verlassen. Der Buddhismus spricht von 84.000 Türen zum *Dharma*, das heißt von Zugängen zur Wirklichkeit. Das Zen betont ganz besonders, wie wichtig es ist, nach kunstvollen und wirksamen Mitteln zu suchen, um die Schüler zum Erwachen zu bringen.

»Wenn du dem Buddha begegnest, töte ihn!«

Einer der wirksamsten Ansatzpunkte der »kunstvollen Mittel« besteht darin, *die Wesen aus ihrem Eingesperrtsein in Wissen und Vorurteile zu befreien*. Wir klammern uns oft krampfhaft an unser Wissen, unsere Gewohnheiten und unsere Vorurteile. Im Zen soll die Sprache es fertigbringen, uns davon zu befreien. Man ist im Buddhismus der Auffassung, das Wissen sei das größte Hindernis für das Erwachen. Wenn wir in der Falle unseres Wissens sitzen, haben wir keine Möglichkeit mehr, ihr zu entrinnen und das Erwachen zu erfahren. Die *Sutra der einhundert Gleichnisse* erzählt die Geschichte von einem jungen Witwer, der eines Tages heimkam, und sein Haus war niedergebrannt und sein fünfjähriger Sohn verschwunden. Neben den Ruinen seines Hauses lag der verkohlte Leichnam eines Kindes, den er für denjenigen seines Sohnes hielt, und er weinte unaufhörlich. Nach der Einäscherung des Kindes verwahrte er die Asche in einem Beutel und trug diesen Tag und Nacht bei sich. Aber sein Sohn war in Wirklichkeit gar nicht in dem Feuer umgekommen. Räuber hatten ihn ver-

schleppt, und eines Tages konnte er ihnen entlaufen und zu seinem Vaterhaus zurückkehren. Der Junge kam um Mitternacht dort an, als sein Vater, der immer noch den Aschenbeutel mit sich herumtrug, gerade zu Bett gehen wollte. Der Sohn klopfte an die Tür. »Wer da?«, fragte der Vater. »Dein Sohn.« - »Du lügst. Mein Sohn ist vor mehr als drei Monaten gestorben.« Der Vater beharrte auf seiner Überzeugung und war nicht dazu zu bewegen, die Tür zu öffnen. Schließlich mußte das Kind wieder gehen, und der arme Vater verlor seinen Sohn für immer.

Wenn wir von etwas glauben, dies sei die absolute Wahrheit, und wenn wir uns daran klammern, dann sind wir nicht mehr für neue Vorstellungen offen. Selbst wenn die Wahrheit in Person an unsere Tür klopft, lassen wir sie nicht herein. Der Zen-Schüler muß sich alle Mühe geben, sich von jedem Verhaftetsein an das Wissen zu lösen und ganz offen zu sein, damit die Wahrheit eintreten kann. Sein Lehrer muß ihm bei diesem Bemühen hilfreich zur Seite stehen. Der Zen-Meister Lin Chi sagte einmal: »Wenn du dem Buddha begegnest, töte den Buddha. Wenn du dem Patriarchen begegnest, töte den Patriarchen.« Für jemanden, der lediglich die betreffenden Persönlichkeiten verehrt, muß diese Anweisung schrecklich verwirrend sein. Ihre Wirkung hängt ganz von der Mentalität und dem Fassungsvermögen dessen ab, der sie hört. Ist der Schüler stark, dann besitzt er die Fähigkeit, sich von jeglicher Autorität zu lösen und die letzte Wirklichkeit in sich selbst wahrzunehmen. Die Wahrheit besteht nicht aus Begriffen. Daher ist es notwendig, unsere Begriffe zu »töten«, damit sie der Offenbarung der Wirklichkeit selbst Platz machen. Den Buddha zu töten, ist der einzige Weg, ihn zu sehen. Jeglicher Begriff, den wir uns vom Buddha machen, kann uns daran hindern, den Buddha in Person zu sehen.

»Geh und wasch deine Schüssel«

Das Ziel allen Übens besteht darin, in unser wahres Zuhause zurückzukehren, in unsere eigene Natur zu schauen. Wir schauen in unsere eigene Natur, indem wir Licht in jeden Akt unseres Daseins bringen, nämlich auf solche Weise leben, daß wir die ganze Zeit voll achtsam sind. Wenn wir am Zypressenbaum im Klosterhof vorbeigehen, müssen wir ihn wirklich sehen. Würden wir nicht einmal den Zypressenbaum in unserem eigenen Garten sehen - wie könnten wir da erwarten, je in unsere eigene Natur hineinsehen zu können?

Ein Zen-Meister, der das Erwachen erlangt hat, ist jemand, dessen Augen für die lebendige Wirklichkeit offen sind. Das ist ein Mensch, der sich in die Welt der Begriffe verloren hatte, aber jetzt daraus heimgekommen ist und den Zypressenbaum im Klostergarten und seine eigene Natur sieht. Daher kann er es nicht zulassen, daß sein Schüler weiterhin in der Welt der Begriffe umhertappt und sein Leben sinnlos vergeudet, weil er nicht erwacht. Aus diesem Grund überkommt den Meister jedesmal Mitleid, wenn ihn sein Schüler nach irgendeinem Prinzip des Buddhismus fragt, wie etwa nach dem *Dharmakaya*³ dem *tathata*⁴ usw. »Dieser junge Mensch«, denkt er bei sich, »will sich immer noch mit Hilfe von Begriffen auf die Suche nach der Wirklichkeit begeben.« So gibt er sich alle Mühe, den Schüler

3 *Dharmakaya* ist die »Gesetzmäßigkeit der wesenhaften Natur« und als solche einer der »drei Körper« (am ehesten zu verstehen als Wesenszüge oder Grundbefindlichkeiten) des Buddha; die beiden anderen sind *Sambhogakaya* (das »segensvolle Gesetz wechselseitiger Abhängigkeit«) und *Nirmanakaya* (das Hin und Her von Einmaligkeit und Vielgestalt) ; d. Übers.

4 *Tathata* ist das »Sosein«, »Ansichsein« alles Existierenden, frei von der (immer tendenziösen und daher verfälschenden) Wahrnehmung des Beobachters; d. Übers.

aus der Welt der Ideen herauszureißen und ihn in die Welt der lebendigen Wirklichkeit zu versetzen. Schau auf den Zypressenbaum im Klosterhof! *Schau auf den Zypressenbaum im Klosterhof!*

Eines Tages bat ein Mensch den Chao-Chou, er solle ihm etwas über das Zen sagen. Chao-Chou fragte ihn: »Hast du schon gefrühstückt?« »Ja, Meister, ich bin mit dem Frühstück fertig!« »Dann geh und wasch deine Schüssel !«

»Geh und wasch deine Schüssel.« Das ist das gleiche, als würde man sagen: »Geh und lebe im wirklichen Leben.« Statt dem Schüler irgend etwas vom Zen zu erklären, öffnete der Meister die Tür und forderte den jungen Mann auf, in die Welt des Wirklichen hineinzutreten. »Geh und wasch deine Schüssel.« In diesen Worten steckt kein geheimnisvoller Tiefsinn, hinter den man kommen oder den man erläutern müßte. Sie stellen eine einfache, direkte und klare Aussage dar. Da ist kein Rätsel, und es handelt sich auch um kein Symbol. Es ist von einem ganz konkreten Tun die Rede.

Die treffende Antwort

Bei buddhistischen Ausdrücken wie *tathata* (die Wirklichkeit an sich), *svabhava* (eigene Natur), *Dharmakaya* (der Körper der letzten Wirklichkeit), *nirvana* (Auslöschung) usw., handelt es sich um Begriffe, die nichts mit der lebendigen Wirklichkeit zu tun haben. Der Zen-Buddhismus hält Abstraktionen und Symbole für unwichtig. Was zählt, ist einzig die Wirklichkeit selbst, das Erwachen, die Achtsamkeit. Es ist durchaus verständlich, daß viele Zen-Meister Fragen nach dem *tathata*, dem Buddha und dem *Dharmakaya* in alle Richtungen erörtert und diskutiert haben. Nehmen wir als Beispiel die Frage, die Zen-Schüler schon

sehr oft ihren Meistern gestellt haben: »Was ist der Buddha?«
Hier einige der Antworten, die schon gegeben worden sind:

- »Der Buddha? Er ist auf dem Altar in der Meditationshalle.«
- »Er ist aus Ton geformt und mit Gold überzogen.«
- »Rede keinen Unsinn.«
- »Die Gefahr kommt aus deinem Mund.«
- »Wir sind umgeben von Bergen.«
- »Schau auf diesen Mann, der seine Brust entblößt und barfuß geht.«

Diese Antworten wecken bei uns vielleicht Ratlosigkeit, aber jemand, der in voller Achtsamkeit lebt, kann mit einer derartigen Antwort beim Zuhörer jäh den Weg zum Erwachen öffnen. Jemand, der ganz damit beschäftigt war, sich in der Welt der Abstraktionen zu tummeln, kann, wenn er eine Antwort in der Art der zitierten hört, direkt ins Herz der Wirklichkeit hineinfallen.

Das kung-an und seine Funktion

Es heißt, daß es rund 1700 Aussprüche oder kurze Dialoge zwischen Zen-Meistern und ihren Schülern gebe, die als *kung-an* dienen (auf Japanisch *koan*, auf Vietnamesisch *cong-an*). Das *kung-an* läßt sich als eine Art Meditationsthema verstehen, obwohl es strenggenommen kein Thema bietet. Das chinesische Wort *kung-an* bedeutet »offizielles oder juristisches Dokument«, »Dokument von offiziellem Wert«. Anstelle von *kung-an* benutzt man gelegentlich auch die Worte *co tac* (*kou tso*) oder *thoai dau* (*hua fou*), die »klassische Formate« bzw. »das Wesentliche einer Unterredung« bedeuten. Im Zen verwenden die Übenden das *kung-an* als Meditationsgegenstand, bis ihr Geist zum

Erwachen gelangt. Zwischen einem *kung-an* und einem mathematischen Problem besteht ein wesentlicher Unterschied: Die Lösung des mathematischen Problems ist im Problem selbst impliziert, während die Antwort auf das *kung-an* im Leben des Übenden steckt.

Das *kung-an* ist ein nützliches Instrument im Mühen um Erwachen, wie ein Pickel ein nützliches Instrument ist, um den Boden aufzugraben. Wie wirksam der Boden bearbeitet wird, hängt nicht nur vom Pickel ab, sondern auch von dem, der die Arbeit damit verrichtet. Beim *kung-an* handelt es sich um kein Rätsel, das es zu lösen gilt; deshalb kann man strenggenommen nicht sagen, daß es ein Thema oder ein Meditationsgegenstand sei. Ein *kung-an* ist lediglich ein kunstvolles Mittel, dem Übenden beim Erreichen seines Ziels zu helfen.

Das *kung-an* war vor allem während der T'ang-Dynastie in China sehr in Mode. Jeder Zen-Übende war mit einem *kung-an* beschäftigt. Vor dieser Zeit hatten die Zen-Meister noch keine *kung-ans* benutzt. Daraus können wir schließen, daß das *kung-an* für die Übung des Zen nicht unentbehrlich ist. Bei den *kung-ans* handelt es sich um kunstvolle Hilfsmittel, die die Zen-Meister geschaffen haben, um den Schülern, die sich unter ihrer Leitung einüben, das Üben zu erleichtern. Ein *kung-an* kann auch zum Hindernis für das Erwachen werden, sofern der Übende meint, im *kung-an* stecke eine verborgene Wahrheit, die sich auf begriffliche Weise ausformulieren lasse.

Hakuin, ein japanischer Meister der Rinzaï-Sekte des Zen, pflegte seine Schüler zu fragen: »Wie klingt das Klatschen einer einzigen Hand?« Das ist ein *kung-an*. Man denkt nach; man möchte wissen, welches Geräusch eine einzige klatschende Hand von sich gibt. Steckt in dieser Frage ein verborgener tieferer Sinn? Wenn nicht, warum hat Hakuin diese Frage gestellt? Wenn doch, wie können wir auf ihn kommen? Wie ein Zug, der immerfort die

Schienen vor sich sieht und darauf weiterrast, versucht unser Intellekt bei der Suche nach der Wahrheit in logische Zusammenhänge hineinzustürmen. Plötzlich werden die Schienen entfernt. Von seiner Schwerkraft weiter in diese Richtung getragen, versucht unser Geist, sich immer noch die Schienen vorzustellen, damit der Zug des Intellekts weiterrast, aber aufgepaßt! Wenn man in dieser Richtung weitermacht, stürzt man in den Abgrund.

»Wie klingt das Klatschen einer einzigen Hand?« Eine solche Frage ist das Beil, das die Schienen vor dem Zug zerhackt - es zerstört die Gewohnheit des Begriffsbildens in uns. Ist die Frucht reif, ist unser Geist gut vorbereitet, so vermag dieser Beil uns von den Fesseln zu befreien, die uns so viele Jahre an die Welt gebunden hatten, wo man »wie ein Leichnam lebt«, und er führt uns ins Herz der lebendigen Wirklichkeit. Aber wenn wir noch nicht bereit sind, ihn zu empfangen, setzen wir unsere Reise durch die Welt der Begriffe fort. Die Frage liegt direkt vor uns: »Wie klingt das Klatschen einer einzigen Hand?« Wir spekulieren dann nach Kräften, wir stellen uns diesen berühmten »Klang der einen Hand« auf tausend unterschiedliche Weisen vor, und was wir herausfinden, unterbreiten wir dem Meister, in der Hoffnung, er sei damit zufrieden. Aber der Meister sagt immer nur »Nein!« Wir stecken in einer Sackgasse; das kann so weit gehen, daß wir fast den Verstand verlieren, und genau an diesem Punkt fängt die Heimkehr zu uns selbst an. In diesem Augenblick kann »der Klang der einen Hand« zur Sonne werden, die unser ganzes Wesen blendet.

Hsiang Yen war ein Schüler des Meisters Po Chang. Er war intelligent, aber als sein Meister starb, hatte er immer noch nicht das Erwachen erlangt. Dann studierte er weiter unter der Anleitung des Meisters Wei Shan. Wei Shan fragte ihn: »Was war dein Gesicht, ehe deine Eltern geboren waren?« Hsiang Yen versuchte darauf eine Antwort zu

geben, aber umsonst. Er ging in sein Zimmer zurück, dachte Tag und Nacht nach, las die Texte, die er studiert hatte, immer und immer wieder und durchsuchte noch einmal alle seine Aufzeichnungen, die er während der Zeit des Po Chang gemacht hatte, aber er konnte keine Antwort finden. Als er wieder zu Wei Shan kam, sagte dieser zu ihm: »Ich möchte nicht erfahren, welches Wissen du erworben hast; ich möchte nur deine spirituelle Sicht sehen. Sage etwas!« Hsiang Yen gab zur Antwort: »Ich weiß nicht, was ich sagen soll, Meister. Bitte hilf mir weiter.« Aber Wei Shan erwiderte: »Was würde es nützen, wenn ich dir von meiner eigenen Sicht erzählen würde?«

Hsiang Yen war verzweifelt. Er dachte, sein Meister wolle ihm vorsätzlich nicht helfen. So verbrannte er alle seine Bücher, ging fort in eine abgelegene Gegend und sagte sich: »Was hilft es, die buddhistischen Texte zu studieren? Ich möchte nur noch das Leben eines einfachen Mönchs führen.« Eines Tages, als er den Boden bereitete, um einige Bohnen zu stecken, löste seine Harke ein Steinchen, das gegen eine Bambusstaude schlug und »knack« machte. Dieses Geräusch löste bei ihm das Erwachen aus. Das, was Wei Shan »dein Gesicht, ehe deine Eltern geboren waren« genannt hatte, strahlte plötzlich in seinem Geist auf.

Wei Shan hatte sich geweigert, Hsiang Yen in die Welt des Intellekts einzuführen. Er wollte, daß Hsiang Yen in seine eigene wahre Natur zurückkehre. Die Möglichkeit des Erwachens ergab sich für Hsiang Yen erst, als er alle Versuche auf intellektuellem Gebiet aufgegeben hatte. Das *kung-an* hatte gute Arbeit geleistet. Es hatte den Übenden auf den Weg der spirituellen Erfahrung zurückgebracht und eine Krise herbeigeführt, die das wirkliche Erwachen auslöste.

Die Bedeutung des kung-ans

Wir haben die Funktion des *kung-ans* erörtert, nicht aber seine Bedeutung. Um wirksam zu sein, muß ein *kung-an* für denjenigen, der es empfängt, etwas bedeuten. Wenn ein Meister einem Schüler ein *kung-an* vorlegt, muß es auf diesen Schüler passen. Es muß ein »kunstvolles Mittel« sein.

Beim *kung-an* darf es sich also nicht einfach um ein beliebiges belangloses Wort oder einen Satz handeln, der einen Widerspruch enthält, um das schlußfolgernde Denken des Übenden zum Entgleisen zu bringen. Andererseits kann dieser Wunsch, das *kung-an* zu entschlüsseln, den Übenden ins Labyrinth des philosophischen Nachdenkens locken.

Ein *kung-an* ist nur für eine ganz bestimmte Person oder Gruppe von Bedeutung. Das ist der Grundsatz des »kunstvollen Mittels«. Wird ein *kung-an* für mehr als eine Person verwendet, dann nur deshalb, weil die Mentalität der Betroffenen und ihre psychologischen Bedingungen ähnlich sind. Das *kung-an* ist also nur für die davon Betroffenen und nicht für andere von Bedeutung.

Diese Bedeutung eines *kung-ans* kann nicht auf Begriffe zurückgeführt werden. Sie liegt in der Wirkung, die es auf den Geist dessen ausübt, der es empfängt. Ist ein *kung-an* nicht auf denjenigen zugeschnitten, der es erhalten soll, so verliert es seine Bedeutung, selbst wenn es dem Mund eines großen Zen-Meisters entstammen sollte.

Ein Mönch, der über den Markt ging, hörte, wie ein Metzger zu seinem Kunden sagte: »Dieses Fleisch ist von erstklassiger Qualität«, und der Geist des Mönchs wurde erweckt. Der Metzger hatte seinen Ausspruch nicht getan, um dem Mönch zu helfen, aber wie es der *Zufall* wollte, hatte seine Aussage über die Qualität des Fleisches den bereits reifen Geist des Mönchs getroffen und eine nachhal-

tige Wirkung gezeitigt. Nur dieser jäh Erleuchtete hatte die Bedeutung und Wirkung dieses *kung-ans* erfaßt. Der Metzger hatte überhaupt nicht mitbekommen, was passiert war.

Ein Meister muß die Mentalität seines Schülers genau kennen, um ihm ein für ihn passendes *kung-an* vorlegen zu können. Jeder Meister kann gelegentlich einen Erfolg verzeichnen, aber er muß auch mit Fehlschlägen leben, wenn er ein unangemessenes *kung-an* vorgebracht hat.

Wenn uns ein gebrauchtes *kung-an* - das heißt eines, das schon einmal jemandem anvertraut worden ist - übergeben wird, kann es gelegentlich vorkommen, daß auch wir die Erleuchtung erfahren. Das einzige, worauf es dabei ankommt, ist, daß das *kung-an* für unseren Geist paßt. Bleibt das *kung-an* bei uns wirkungslos, dann kann das zwei Gründe haben: Der erste ist, daß das *kung-an* für uns unpassend ist; der zweite, daß wir noch nicht reif für es sind. In jedem Fall ist es notwendig, das *kung-an* selbst wirken zu lassen und sich nicht damit abzumühen, schlußfolgernd und rational analysierend darauf herumzukauen, mit dem Ziel, ihm irgendeine begriffliche Bedeutung abzugewinnen. Das *kung-an* hat nur für den eine Bedeutung, der »im Kreis der Umstände« ist. Sind wir außerhalb dieses Kreises, so kann es für uns keinen Sinn ergeben. Sind wir dagegen innerhalb dieses Kreises, das heißt, befinden wir uns in der gleichen Verfassung wie derjenige, an den das *kung-an* beim ersten Mal gerichtet war, dann kann es zu unserem ganz persönlichen *kung-an* werden. Erst dann können wir es in den Boden unseres spirituellen Lebens pflanzen und mit unserer Achtsamkeit begießen. Eines Tages kann es uns dann die Blüte des Erwachens schenken.

Chao-Chous »Nein!«

Ein Mönch fragte Chao-Chou: »Hat ein Hund die Buddha-Natur?« »Nein«, sagte der Meister. Ein anderes Mal fragte ihn ein anderer Mönch: »Hat ein Hund die Natur des Erwachens?« Chao-Chou gab zur Antwort: »Ja!«

Warum gab er auf ein und dieselbe Frage zwei gegensätzliche Antworten? Weil die beiden Fragesteller von unterschiedlicher Mentalität waren. Die Antworten »Ja« und »Nein« sind hier »kunstvolle Mittel«, die darauf abzielen, im Geist des Übenden eine bestimmte Wirkung hervorzurufen. Keine der beiden Antworten erhebt den Anspruch, eine objektive Wahrheit zu sein. Auf der Ebene der Begriffe liegt die objektive Wahrheit auf Seiten des Wortes »Ja«, denn im Mahayana-Buddhismus wird vertreten, jedes Lebewesen habe die Natur des Erwachens. Aber in der Welt der letzten Wirklichkeit ist das Wort »Ja« kein Begriff mehr, der im Widerspruch zum Begriff »Nein« steht. Die Worte »Ja« und »Nein« wirken hier auf unterschiedliche Weise auf den Übenden. Aus diesem Grund kann ihre »Bedeutung« nur subjektiv von jedem einzelnen der betreffenden Übenden erfaßt werden.

Das »Nein« des Chao-Chou verwenden viele Zen-Meister als *kung-an* für ihre Schüler. Hören wir zum Beispiel den Meister Wu Men, einen chinesischen Mönch des dreizehnten Jahrhunderts, in seinem Werk *Wu Men Kuan*:

Wer zum Zen gelangen will, muß unbedingt durch die Tore der Vorfahren eintreten. Wer das Erwachen erlangen will, muß unbedingt auf den Grund des Geistes tauchen. Wenn du nicht durch das Tor der Vorfahren schreiten, wenn du nicht auf den Grund des Geistes tauchen kannst, bleibst du für immer ein Geist, der sich an Pflanzen und Gräser hängt. Was ist das Tor der Vorfahren? Dieses eine Wort »Nein« ist das Eingangstor zur gesamten Schule des

Zen. Wer dieses Tor durchschreiten kann, wird nicht nur in stände sein, dem Chao-Chou zu begegnen, sondern er wird auch Hand in Hand mit allen anderen Vorfahren gehen können. Er wird mit den gleichen Augen wie sie sehen und mit den gleichen Ohren wie sie hören. Welche Freude! Gibt es unter uns einen, der dieses Tor durchschreiten möchte? Ist da einer, so lade ich ihn ein, die zweifelhafte Masse seines Körpers mit seinen 360 Knochen und 84.000 Poren aufzuraffen und Tag und Nacht nach diesem »Nein« zu suchen, ohne einen Augenblick zu rasten. Versteht unter dem »Nein« nicht das Nichtssein; nehmt es nicht als Begriff des Nicht-Seins im Gegensatz zum Sein. Es ist notwendig, daß ihr es schluckt, wie ihr einen rotglühenden Eisenball schlucken würdet, um alles Wissen, das ihr im Lauf vieler Jahre angehäuft habt, auszumerzen. Ihr müßt euch erlauben, langsam zu reifen, und eines Tages wird euch aufgehen, daß Inneres und Äußeres eins sind. Ihr werdet aus eurem Traum erwachen, aber ihr werdet unfähig sein, mit irgend jemandem darüber zu sprechen... Euer Erwachen wird Erde und Himmel zum Zittern bringen, so, als würdet ihr in euren eigenen zwei Händen das kostbare Kan-u-Schwert halten. Wenn du den Buddha triffst, töte den Buddha; wenn du die Vorfahren triffst, töte die Vorfahren. Du wirst zur absoluten Freiheit am Rand der steilen Klippe von Leben und Tod gelangen; du wirst die sechs Bereiche des Daseins durchwandern und die vier Formen der Wiedergeburt, und bei all dem wirst du in vollkommener Konzentration verharren.⁵

5 Die sechs Bereiche sind: Hölle, Hungergeister, wilde Tiere, kämpfende Dämonen, Menschenwesen und *devas* (Schutzgottheiten). Die vier Formen der Wiedergeburt sind: durch den Schoß, durch außerhalb des Körpers ausgebrütete Eier, durch Feuchtigkeit und durch Metamorphose.

Wie können wir diesen Zustand erlangen ? Es gibt nur einen Weg: Mobilisiere die Energie deines gesamten Wesens und ergreife dieses »Nein«, und laß dich dabei keine Sekunde unterbrechen. Das Erwachen wird jäh aufflammen wie der Docht einer Lampe, sobald er mit der Flamme in Berührung kommt. Höre:

Die erwachende Natur des Hundes ist das offizielle Dekret, das konkrete Thema. Aber wenn du dich in die Begriffe von Sein und Nichtsein verhedderst, verlierst du dein Leben.

Dieses Gedicht des Wu Men ist selbst zu einem berühmten kung-an geworden. Was meint Wu Men, wenn er sagt: »Raffe die zweifelhafte Masse deines Körpers mit seinen 360 Knochen und 84.000 Poren auf und suche Tag und Nacht nach diesem »Nein«, ohne einen Augenblick zu rasten«? Das ist ganz einfach! Meister Wu Men sagt uns, wir sollen Licht in unser Dasein bringen. Wir dürfen es nicht zulassen, daß unser Leben von den Schatten verschlungen wird; wir dürfen nicht im Sumpf des Vergessens steckenbleiben; wir dürfen nicht leben wie ein Leichnam. In jedem Augenblick, in jedem ksana sollen wir ganz lebendig sein; unsere 360 Knochen und 84.000 Poren sollen ganz wach sein. In diesem hellen Licht schaut man auf das Problem, und das Antlitz des »Nein« enthüllt sich. Das ist keine Spielerei des Intellekts, es sind nicht nur Worte, die unsere Lippen aussprechen. Das ist ein Ball aus rotglühendem Eisen, den man mit seinem ganzen Wesen schlucken muß. Es ist das Problem von Leben und Tod.

Das Leben ist mehr als bloß Begriffe. Wir brauchen uns nicht in unseren Begriffen zu verlieren. »Versteht unter dem »Nein« nicht das Nichtssein; nehmt es nicht als Begriff des Nicht-Seins im Gegensatz zum Sein«, denn »wenn du dich in die Begriffe von Sein und Nichtsein verhedderst, verlierst du dein Leben.« Wir verlieren unser Leben, wenn

wir uns von der lebendigen Wirklichkeit absetzen und uns nur noch in der Welt begrifflicher Schattenbilder bewegen. Dann sind wir nur noch ein Gespenst, ein Wesen ohne Fleisch und Knochen.

In den Kreis eintreten

Meister Huang Po hat über das »Nein« des Chao-Chou gesagt:

Alle, die sich als Ritter betrachten, müssen sich an diesem kung-an versuchen. Bleibe vierundzwanzig Stunden täglich bei diesem »Nein«, du magst sitzen, stehen oder liegen, und selbst wenn du dich ankleidest, ißt, trinkst oder zur Toilette gehst, habe nichts anderes als dieses »Nein« im Sinn. Dein Geist muß ständig seine Energien auf dieses »Nein« konzentrieren. Dann wird die Blüte deines Geistes aufbrechen, und eines Tages wirst du den Großen Weg der Befreiung offen vor dir liegen sehen. Danach wirst du nicht länger von diesem alten Mönch und seinem kung-an an der Nase herumgeführt werden.

Huang Po sagt genau das gleiche wie Wu Men. Er betont mit Nachdruck die wichtige Funktion des kung-ans als »kunstvolles Mittel«, wenn er davon spricht, dieser alte Mönch Chao-Chou, der es doch selbst erfunden hat, führe ihn an der Nase herum.

Betrachten wir als Beispiel noch einmal das kung-an von der Zypresse im Klosterhof, das Chao-Chou seinem Schüler anvertraut hat. Die Zypresse im Klosterhof gehört nur zwei Menschen, nämlich Chao-Chou und seinem Schüler. Der eine zeigt auf die Zypresse im Klosterhof und sagt zum andern: »Schau auf die Zypresse im Klosterhof«. Stellen wir uns nun einen Kreis vor, der Chao-Chou, seinen Schüler und die Zypresse umschließt. Wir sind außerhalb dieses

Kreises. Chao-Chou verweist nicht uns, sondern seinen Schüler auf die Zypresse. Wir sind nur Zuschauer, Beobachter. Wir wissen nicht, was sich wirklich zwischen Chao-Chou, seinem Schüler und der Zypresse abgespielt hat. Diese Frage stellt sich uns erst, wenn wir unsere eigene Zypresse haben. Was heißt das: »unsere eigene Zypresse haben«? Die Zypresse, die der Kreis umschließt, wird erst dann die unsrige, wenn wir selbst in den Kreis eintreten, wenn wir das kung-an als das unsrige annehmen und uns nicht mehr darauf beschränken, das kung-an eines anderen zu untersuchen!

Ein kung-an ist nur dann ein kung-an, wenn es das unsrige ist. Die kung-ans anderer sind keine kung-ans. Folglich ist die Zypresse des Schülers nicht meine Zypresse. Ich muß die Zypresse erst zur meinigen machen. Sobald sie die meinige ist, ist sie nicht mehr seine. Meine Zypresse und seine Zypresse haben nichts miteinander zu tun. Es sind zwei verschiedene Bäume.

Der erste Schritt besteht darin, die Haltung eines bloßen Beobachters aufzugeben. Dankbar für Chao-Chous Hinweis, können wir jetzt mit eigenen Augen auf die Zypresse schauen. Chao-Chou sitzt direkt vor uns, und die Zypresse im Klosterhof ist in Sichtweite. Wir sind von Angesicht zu Angesicht mit Chao-Chou und der Zypresse konfrontiert. Sehen Sie sie? Wenn Sie die Zypresse klar und deutlich sehen, ist das kung-an erfolgreich. Ob es sich um eine Zypresse, einen Zitronenbaum oder einen Weidenbaum handelt, ist unwichtig. Es kann genausogut eine Wolke, ein Fluß oder sogar diese Hand hier sein, die ich jetzt auf den Tisch lege. Wenn Sie sie sehen, ist das kung-an erfolgreich.

Gelegentlich gebrauchen Zen-Meister ein überliefertes kung-an, statt selbst ein neues zu erfinden. Damit soll nicht gesagt sein, daß sie ihren Schülern gestatten, die Rolle von Zuschauern einzunehmen und nur ihren Intellekt zu ge-

brauchen, um die *kung-ans* anderer zu untersuchen. Die Zen-Meister wollen vielmehr die früheren *kung-ans* erneuern; ihre Schüler sollen sie als ihre ganz eigenen aufnehmen. Ein Mönch fragte den Dien Ngu Giac Hoang, einen vietnamesischen Zen-Meister des 13. Jahrhunderts: »Was ist mit dieser noch nie dagewesenen Sache des Fortschritts gemeint?« Dien Ngu gab zur Antwort: »Es heißt: die Sonne und den Mond auf der Spitze eines Stocks tragen.« Der Mönch entgegnete: »Was nützt ein altes *kung-an*?« Dien Ngu lächelte: »Sooft es wieder erzählt wird, wird es neu.«

Wenn man den Zypressenbaum nicht sieht, dann deshalb, weil man nicht imstande ist, aus der Zypresse eine neue Zypresse für sich selbst zu machen - die lebendige, wirkliche Zypresse -, und weil man sich damit begnügt, sich auf die Suche nach dem bloßen Bild der Zypresse eines anderen zu machen.

Nach dem Tod des Chao-Chou kam ein Mönch, um bei einem seiner Schüler in die Lehre zu gehen. Der Mönch fragte: »Hat er irgendeine Erläuterung zu dieser Zypresse gegeben?« Der Schüler, der das Erwachen erlangt hatte, erwiderte: »Mein Meister hat nie über eine Zypresse gesprochen.« Zu der Zeit war das *kung-an* von der Zypresse schon sehr berühmt. Das ganze Land sprach davon. Weshalb leugnete der Schüler dann also eine allgemein bekannte Tatsache? Der Mönch bestand darauf: »Jeder weiß, daß der Meister selbst das *kung-an* von der Zypresse formuliert hat. Warum leugnest du das?« Der Schüler des Chao-Chou gab die kategorische Antwort: »Mein Meister hat niemals über irgendeine Zypresse geredet. Hör auf, ihn zu verleumden.«

Sie wundern sich vielleicht, wie ein Schüler des Chao-Chou so etwas sagen konnte. Die Antwort ist einfach: Die wahre Zypresse konnte man nicht »sehen«. Der Mönch, der zum Lernen gekommen war, war außerhalb des Kreises

geblieben, um die Zypresse zu »beobachten«; aber diese Zypresse war längst tot. Chao-Chous Schüler wußte, daß es besser war, die tote Zypresse zu »töten«, als dem Mönch gegenüber ihr Dasein zu behaupten.

Die Antwort des Schülers von Chao-Chou ist ihrerseits zu einem neuen *kung-an* geworden. Wenn wir tief genug schauen, können wir eine neue, riesige Zypresse auftauchen sehen, die sich mit Leben erfüllt. Aber ob man diese neue Zypresse sieht oder nicht, hat nichts mit Chao-Chous Zypresse zu tun.

Der Geist muß reif sein

Kung-ans sind kein Material für gelehrte Studien oder Untersuchungen. Jedes *kung-an* will als Finger begriffen sein, der auf die Wirklichkeit sowohl unserer eigenen Natur als auch auf die Wirklichkeit der Welt zeigt. Dieser Finger kann seine Funktion als Zeiger nur erfüllen, wenn man sich bewußt ist, daß er direkt auf einen selbst zeigt. Du ganz persönlich mußt wachsam sein - hellwach und aufmerksam -, weil du von Angesicht zu Angesicht dem Meister gegenüberstehst, der dich mit seinem durchdringenden Blick beobachtet. Der Meister kann dich jeden Augenblick mit seinem Stock schlagen oder einen markerschütternden Schrei ausstoßen. Es ist, als stündest du auf der Kante eines Abgrunds. In diesem Zustand gibt dir das *kung-an* den entscheidenden Stoß.

Hier ist ein *kung-an*, das vor Augen führt, wie ungemein intensiv und drängend die Frage von »Geborenwerden und Sterben« ist. Eines Tages sagte Hsiang Yen zu seinen Schülern: »Ein Mensch hängt mit seinen Zähnen an einem Ast über dem Abgrund, und seine Hände und Füße können sich nirgends festhalten. Da kommt ein anderer Mensch vorbei und fragt ihn: ›Warum kam der Bodhidharma von

Indien nach China ?< Öffnet unser Mensch den Mund zum Sprechen, so stürzt er ab und zerschellt auf dem Grund. Was muß er tun?« Ein Schüler namens Hu Tou meldete sich und sagte zu Hsiang Yen: »Ich bitte dich, Meister, nimm nicht den Fall des Menschen, der sich noch mit den Zähnen festhält. Erzähle uns von dem, der schon abgestürzt ist.«

Hsiang Yen formte ein altes *kung-an* in ein völlig neues um, aber Hu Tou und die übrigen Schüler erfaßten nicht, was das bedeutete. Erst hundert Jahre später wurde anderen Schülern dank des *kung-ans* von Hsiang Yen das Erwachen zuteil.

Te Shan kam zu Lung T'an und stellte sich direkt neben ihn; es war gerade Mitternacht. Lung T'an sagte zu ihm: »Es ist spät, warum gehst du nicht heim?« Te Shan öffnete die Tür und ging, kehrte jedoch auf der Stelle wieder um und sagte: »Draußen ist es finster.« Lung T'an zündete ihm daraufhin eine Kerze an, aber gerade als Te Shan nach ihr griff, blies Lung T'an sie wieder aus. Beide waren plötzlich wieder im Finstern, und Te Shan wurde das Erwachen zuteil. Er verneigte sich tief.

Wir haben schon vorher erwähnt, daß Hsiang Yen einmal gemeint hatte, Wei Shan wolle ihm absichtlich nicht das Geheimnis des Zen verraten. Er hatte das Kloster verlassen und sich an einen weit entfernten Ort zurückgezogen. Aber Hsiang Yen ist nicht der einzige, der das gemeint hat. Viele Schüler stellen ihren Meistern Fragen, die sie für ganz wichtig halten, aber die Meister wollen sie nicht beantworten. Die Schüler beschwerten sich: »Jetzt bin ich schon jahrelang hier; warum behandelst du mich immer noch wie einen Neuling?«

Ein Mönch fragte den Meister Lung T'an: »Was ist die Wirklichkeit an sich (*tathata*) ? Was ist die höchste Weisheit (*prajna*) ?« Lung T'an gab zur Antwort: »Ich habe kein bißchen Wirklichkeit in mir; ich besitze die höchste Weisheit

nicht.« Ein anderer Mönch fragte Chao-Chou nach dem Wesen des Zen, und Chao-Chou entgegnete: »Hast du schon gefrühstückt?« Als der Mönch das bejahte, wies er ihn an, seine Schüssel zu waschen. Wieder ein anderer Mönch fragte Ma Tsu nach den Absichten des Ersten Ahnherrn. Ma Tsu sagte: »Ich bin heute sehr müde, frag Te Shan.« Als dieser Mönch seinen älteren Bruder im *Dharma*⁶, Te Shan, fragte, sagte dieser: »Warum fragst du nicht den Meister?« »Ich habe ihn schon gefragt, aber er sagte, er sei zu müde und ich solle dich fragen.« Te Shan äußerte darauf: »Ich habe Kopfweg, frag Tche Hai.« Und als der Mönch seinen anderen Dharma-Bruder Tche Hai fragte, entgegnete dieser: »Ich weiß es nicht.«

Die Antwort auf eine Frage zu verweigern oder etwas zu sagen, das anscheinend überhaupt nichts mit der Frage zu tun hat, heißt nicht, daß der Lehrer sich weigert, seinem Schüler zu helfen. Der Lehrer möchte lediglich seinem Schüler die Welt des Spekulierens vergällen. In Wirklichkeit hätte der Lehrer natürlich immer Zitate aus den überlieferten Schriften zur Hand oder könnte ausführlich die Begriffe *tathata*, *nirvana*, *prajna* (Sosein, Nichts, Weisheit) usw. erklären. Wenn er das nicht tut, dann deshalb, weil er weiß, daß solche Erklärungen überhaupt nicht dazu taugen, den Schüler zum Erwachen hinzuführen.

Es gibt allerdings auch Fälle, wo genauere Erklärungen den Schülern tatsächlich geholfen haben, falsche Ansichten über die Lehre und die Methoden aufzugeben. Doch wird der Meister sich weigern, eine Auskunft oder Erklärung zu geben, die die Chance, daß einer erwacht, eher gefährden, oder die dem Schüler schaden. Wei Shan fragte einmal den Po Chang: »Kann man reden, ohne Kehle, Lippen und Zunge zu bewegen?« Po Chang erwiderte: »Gewiß. Aber wenn ich das tue, vernichte ich meine ganze Nachwelt.«

6 d.h. auf dem Weg zur Weisheit; d. Übers.

Lung T'an lebte jahrelang mit seinem Meister T'ien Huang zusammen, ohne von ihm die Geheimnisse des Zen zu erfahren. Eines Tages konnte er nicht länger schweigen. »Meister«, sagte er, »ich bin nun schon jahrelang bei dir, aber du hast mir noch nie etwas beigebracht. Ich bitte dich, laß mir mehr Mitleid zuteil werden.« T'ien Huang sagte: »Ich habe dir immer die Geheimnisse des Zen weitergegeben, vom Tag deines Eintritts ins Kloster an. Wenn du mir mein Essen bringst, bedanke ich mich bei dir; wenn du dich vor mir verbeugst, neige auch ich den Kopf. Wie kannst du da sagen, ich hätte dir nicht das Wesen des Zen beigebracht?«

Der vietnamesische Zen-Meister Tinh Khong, dessen Schüler ihm ebenfalls vorhielt, er habe ihn nicht in die Geheimnisse des Zen eingeführt, sagte zu diesem: »Wir leben zusammen in diesem Tempel. Wenn du Feuer machst, wasche ich den Reis. Wenn du um Almosen bettelst, halte ich für dich die Schüssel hin. Ich habe dich noch nie vernachlässigt.«

Um dem Üben zu helfen, den Fluß zu überqueren und das Ufer des Erwachens zu erreichen, strecken ihm die Zen-Meister den Stab der »kunstvollen Mittel« entgegen. Aber der Schüler muß danach greifen. Wenn er seine Augen geschlossen hält und sein Geist blockiert bleibt, sieht er den Stab nicht und greift nicht danach. Im neunten Jahrhundert kam ein Mönch zum vietnamesischen Zen-Meister Cam Thanh, einem Mönch der Sekte Vo Ngon Thong, und fragte ihn: »Was ist Buddha?« Cam Thanh sagte: »Alles.« Der Mönch fragte weiter: »Was ist der Buddha-Geist?« Cam Thanh entgegnete: »Nichts ist verborgen.« Der Mönch meinte darauf: »Ich verstehe nicht.« Cam Thanh erwiderte: »Du hast danebengegriffen.«

Jedesmal, wenn man uns einen Stock hinstreckt, können wir ihn entweder ergreifen oder danebenlangen. Wer zögert, zeigt, daß er noch nicht reif ist. Doch auch wenn es

immer wieder nicht klappt, braucht man das nicht tragisch zu nehmen. Dann geht man einfach zu seiner Alltagsarbeit zurück und trägt Wasser, kocht, gräbt die Erde um und gibt sich mit frischer Achtsamkeit Mühe.

Zu der Zeit, als Tri Bao, ein Zen-Mönch der Sekte Vo Ngon Thong, der im zwölften Jahrhundert lebte, die Erleuchtung noch nicht erlangt hatte, fragte ihn ein anderer Mönch: »Woher bist du bei deiner Geburt gekommen und wohin gehst du, wenn du stirbst?« Tri Bao dachte gründlich darüber nach. Der Mönch lächelte: »Während der Länge eines Gedankens haben die Wolken tausend Meilen durchwandert.« Wenn man noch nicht reif ist, sind alle Bemühungen, einen aufzuwecken, umsonst. Dann heißt es, mit seiner täglichen Übung des Bewußtseins und der Achtsamkeit weiterzumachen, den Zypressenbaum im Klosterhof anzuschauen, und zwar in tiefem Frieden, in heiterer Gelöstheit und Gewärtigkeit. Diese Übung ist angenehm. Man sollte keine Zeit vergeuden oder sich zerstreuen. Wenn einem dann das treffende *kung-an* vorgelegt wird, ist man reif dafür.

IV

Berge sind Berge und Flüsse sind Flüsse

Das Geistes-Siegel

Das authentische Siegel des Geistes wird *in jedem Augenblick* übermittelt. Wenn der Schüler ganz aufmerksam beobachtet, wie der Meister geht, isst, spricht und jede alltägliche Verrichtung ausführt, kann die Übermittlung ständig stattfinden. Die Zeremonie der Übermittlung ist dann nur noch eine Formalität. Die wirkliche Vermittlung steht jedem Schüler in jedem Augenblick offen. Das ist das echte Zen; es findet nicht in Büchern statt, sondern in der gelebten Wirklichkeit menschlicher Beziehungen und des Alltagslebens.

Der Meister übermittelt nicht sein eigenes Erwachen als solches an den Schüler. Er hilft ihm lediglich, das bereits in ihm vorhandene Erwachen wahrzunehmen. Der Ausdruck »das Geistesiegel übermitteln« ist streng-genommen symbolisch gemeint. Das Geistesiegel als Wirklichkeit an sich (*tathata*) ist ein Ausdruck für die Natur des Erwachens (*Buddhata*). Dem Mahayana-Buddhismus zufolge besitzen alle Lebewesen die Natur des Erwachens. Daher ist das Geistesiegel bereits in jedem Menschen vorhanden und braucht ihm nicht mehr übermittelt zu werden. Vinitaruci, der Gründer der nach ihm benannten vietnamesischen Sekte, sagte zu seinem Schüler Phap Hien: »Das Geistesiegel der Buddhas ist die Wirklichkeit selbst. Nichts kann ihr hinzugefügt werden, nichts kann außerhalb ihrer existieren. Man bekommt sie nicht, man verliert sie nicht. Sie ist weder dauerhaft noch unbeständig, weder erschaffen noch vernichtet, weder ähnlich noch verschieden. ›Geistsiegel‹ nennt man sie nur, wenn sie als kunstvolles Mittel eingesetzt wird.«

Hier wird wieder die Methode des Buddhismus deutlich. Als Worte und Begriffe sind *nirvana*, *prajña* und *ta-*

thata nicht wirklich *nirvana*, *prajna* und *tathata*. Das gilt auch für die Wirklichkeit des Erwachens, die im Zen als Geistesiegel bezeichnet wird. Es ist lediglich ein Begriff, der als »kunstvolles Mittel« verwendet wird. Es sollte indes nicht zum Hindernis werden. Um die Vorstellung zu bekämpfen, das Siegel des Geistes sei ein Etwas, das man erwerben könne, hinterließ der Meister Vo Ngon Thong, im neunten Jahrhundert der Gründer der Vo Ngon Thong-Sekte, seinem Schüler Cam Thanh folgende Botschaft:

*Was die vier Hauptpunkte betrifft,
so sagt man in fremden Ländern,
daß unser Vorfahr und Gründer in Indien lebte
und uns sein Auge für den Dharma-Schatz namens
»Thien« (Zen) übermittelte:
Von einer Blume, fünf Blütenblättern,
ewigen Samen,
geheimen Worten, mystischen Symbolen
und tausend ähnlichen Dingen
glaubt man, sie gehörten im Geist in den Bereich der
makellosen Natur.
Aber wo ist Indien? Es ist genau hier.
Die Sonne und der Mond Indiens
sind die Sonne und der Mond
unserer Zeit.
Berge und Flüsse Indiens sind die Berge und Flüsse
unserer Zeit.
Etwas durcheinanderzubringen, heißt an ihm zu hängen
und den Buddha und die Vorfahren zu verleugnen.
Ein Irrtum zieht tausend Irrtümer nach sich.
Untersuche die Dinge genau,
um nicht deine Dharma-Erben zu täuschen.
Stell mir keine weitere Frage.
Ich habe nichts zu sagen.
Ich habe nichts gesagt.*

Mit »Ich habe nichts gesagt« schließt der Meister Vo Ngon Thong, nachdem er eine Menge gesagt hat. Deutlich ist der Geist des buddhistischen »Loslassens« zu sehen. Der Ausdruck »Vo Ngon Thong« (Kommunikation ohne Worte), zugleich der Name des Zen-Meisters, steht dafür, etwas zu sagen und es so zu sagen, daß die Menschen dem Gesagten nicht verhaftet bleiben. Er bedeutet, daß es keine Übermittlung gibt, über die man reden könnte, und kein »Siegel«, das man von einer Generation an die nächste weitergeben könnte. Man sollte nicht darauf warten, von jemand anderem erweckt zu werden, nicht einmal vom Meister. Vo Ngon Thong möchte nicht den Begriff der Übermittlung ins Spiel bringen, aber andererseits will er vermeiden, daß die Schüler meinen, eine Übermittlung gebe es nicht, und so sagt er: »Ein Irrtum zieht tausend Irrtümer nach sich... Ich habe nichts gesagt.«

Das Siegel des Geistes zu empfangen heißt, klar und deutlich in seine eigene Natur zu blicken. Die Rede vom Geistessiegel (oder von der wahren Natur) ist eines der großen Themen der Mahayana-Schule des Buddhismus. Wenn die Zen-Meister sich gegen Fragen zu diesem Thema sperren, dann deshalb, weil sie ihren Schülern helfen wollen, sich die Zeitvergeudung für müßiges Spekulieren darüber zu ersparen. In Wirklichkeit handelt es sich bei »wahrer Natur«, *tathata* und *Buddhata*, um etwas ganz Wesentliches in Denken und Praxis des Zen. Aber der *Begriff* der wahren Natur kann für den Übenden zum Hindernis werden, selbst wenn es im Zen genau darum geht, seine wahre Natur wahrzunehmen.

Wahrer Geist und falscher Geist

Als Huang Po auf die Wirklichkeit der wahren Natur zu sprechen kam (er nannte sie »den Geist der Einheit und des Soseins«), sagte er:

Buddhas und Lebewesen haben an ein und demselben reinen und einzigartigen Geist teil. Was diesen Geist betrifft, gibt es keine Aufspaltung. Seit unvordenklicher Zeit ist dieser Geist nie erschaffen und nie vernichtet worden; er ist weder grün noch gelb; er hat weder Form noch Aussehen; er ist weder Sein noch Nichtsein; er ist weder alt noch neu, weder kurz noch lang, weder groß noch klein. Er überschreitet alle intellektuellen Kategorien, alle Worte und Ausdrücke, alle Zeichen und Merkmale, alle Vergleiche und Unterscheidungen. Er ist, was er ist. Versucht man, ihn sich vorzustellen, so verliert man ihn. Unbegrenzt wie der Raum, hat er keine Grenzen und kann nicht gemessen werden. Dieser Geist ist Einheit und Sosein. Er ist Buddha.

Diese Aussage des Huang Po ist klar und deutlich. Wir müssen dem Geist die Möglichkeit geben, sich selbst zu offenbaren. In dem Augenblick, wo wir versuchen, ihn in Begriffe zu fassen, geht er verloren. Das bedeutet: Um ihn wahrnehmen zu können, müssen wir einen anderen Weg als den des begrifflichen Erfassens einschlagen. Der einzige Weg, diesen Geist der Einheit und des Soseins, der auch der wahre Geist genannt wird, wahrzunehmen, ist der, zu uns selbst zurückzukehren und in unsere eigene Natur zu blicken.

Der wahre Geist ist die strahlende Natur des Seins, während der falsche Geist die Fähigkeit des Begriffbildens und Unterscheidens ist. Wenn wir den wahren Geist wahrnehmen, offenbart sich die lebendige Wirklichkeit in ihrer ganzen Fülle. Das ist das erleuchtete Leben des Zen. Die aus

Begriffen gebildete Welt ist etwas anderes als die lebendige Wirklichkeit. Die Welt, in der Geburt und Tod, Gut und Schlecht, Sein und Nichtsein einander gegenüberstehen, existiert nur für diejenigen, die kein erwachtes Leben führen. Über das Bewußtsein eines »erwachten« Menschen haben die Wechselfälle des Lebens keine Macht mehr, denn er ist bereits in die Welt des Wirklichen eingetreten und macht keinen Unterschied mehr zwischen Geburt und Tod, Gut und Schlecht, Sein und Nichtsein.

In der Schrift *Das Erwachen des Glaubens im Mahayana (Mahayana Sraddhotpada)* lesen wir:

Alle Phänomene des Seins sind seit unvordenklicher Zeit unabhängig von Begriffen und Worten. Begriffe und Worte können sie nicht umwandeln oder von ihrer wahren Natur abtrennen.

Dieses Werk aus der Mahayana-Tradition gebraucht den Ausdruck »*wu-nien*«, »nicht-begrifflich«. Das nicht-begriffliche Verstehen gründet sich nicht auf die Begriffe des falschen Geistes. Man nennt es auch das nicht-unterscheidende Verstehen (*nirvikalpajnana*).

Die Wirklichkeit als solche

Die wahre Natur oder der wahre Geist ist nicht das, was wir als im idealistischen oder ontologischen Sinn als »Wesen« bezeichnen würden. Es ist die Wirklichkeit als solche. Das Wort »Geist« wird gelegentlich »Natur« genannt. »Wahrer Geist« und »wahre Natur« sind also Namen für ein und dieselbe Wirklichkeit. Vom Standpunkt des Wissens aus bezeichnen wir sie als »Verstehen« oder gelegentlich auch als »Geist«. Wenn wir über die Wirklichkeit an sich reden, wird die Unterscheidung zwischen Subjekt und Objekt des Wissens aufgehoben. Wir verwenden dafür also Ausdrücke wie »wahre

Natur«, »wahrer Geist«, »nicht-unterscheidendes Denken«, oder wir sprechen vom *Schauen in die eigene Natur*.

Die Grundgedanken des Zen stellen eine Zusammenfassung des Denkens aller Schulen des Mahayana-Buddhismus dar. Sein Begriff des *tathagata dhyana* ist vom *Lankavatara* abgeleitet. Der Zen-Begriff des »wahren Geistes«, der strahlt und wunderbar ist, stammt aus dem *Suramgama*. Seinen Begriff der Verdienste des *dhyana* verdankt es dem *Mahavaipulyapurnabuddha*. Sein Begriff des Ineinanderseins entstammt dem *Avatamsaka*, der Begriff der Leerheit der *Prajñāparamita*. Das Zen bringt die Synthese aller dieser Strömungen des buddhistischen Denkens ganz natürlich zustande, genau wie eine Pflanze Luft, Wasser und Licht aufnimmt und daraus sie selbst wird.

Wahrer Geist wird nicht im Augenblick des Erwachens geboren, denn er ist unerschaffbar und unzerstörbar. Das Erwachen bringt ihn nur ans Licht. Das Gleiche gilt für das *nirvana* und die *Buddhata*. Die *Mahaparinirvana-Sutra* sagt:

Substanz und Ursache des nirvana ist die Natur des Erwachens - Buddhata. Die Buddhata bringt nicht das nirvana hervor. Daher sprechen wir vom »unverursachten« oder »unerschaffenen nirvana«... Die Natur des Erwachens ist bei allen Lebewesen die gleiche. Obwohl die Lebewesen kommen und gehen und Verwandlungen durchmachen, existieren sie ständig in der Natur des Erwachens.

Folglich braucht der Übende nicht darauf zu warten, daß ihn eines Tages das Erwachen von außen her überkommt oder daß ihm irgendeine Weisheit übermittelt oder geschenkt wird. Die Weisheit kann man nicht erwerben. Der Geist kann sich nicht selbst übermitteln. Die Herz-Sutra (*Mahaprajñāparamita Hridaya-Sutra*) versichert uns, man könne sich nichts aneignen, weil es gar keinen Gegenstand gebe, der sich aneignen lasse. Der vietnamesische Zen-Mei-

ster Nguyen Hoc (zwölftes Jahrhundert) sagte zu seinen Schülern: »Wartet nicht auf irgend jemand anderen, der euch das Erwachen übermittelt.«

Alles, was erschaffen und vernichtet werden kann, alles, was man sich aneignen und wieder verlieren kann, ist bedingt. Ein Gegenstand entsteht immer dann, wenn die notwendigen Bedingungen für sein Zustandekommen erfüllt sind. Die Wirklichkeit an sich ist die Grundlage alles anderen. Sie ist nicht bedingt durch Hergestellt- oder Zerstörtwerden, durch Gewinn oder Verlust. Meister Nguyen Hoc sagt: »Die wahre Natur ist Nicht-Natur. Sie hat nichts zu tun mit Hergestellt- oder Zerstörtwerden.« Würde man jedoch sagen, sie existiere in einer Welt für sich, die unabhängig von der Welt der Phänomene sei, so würde man den allergrößten Fehler bezüglich des Problems des wahren Geistes machen. Die Aussage zum Beispiel: »Es existiert eine Welt, die in sich selbst wirklich ist«, klassifiziert diese Welt bereits wieder in der Kategorie des *Seins*, im Gegensatz zur Kategorie des *Nichtseins*. Aber - wir haben es schon gesagt sowohl Sein wie Nichtsein gehören zur Welt des Begrifflichen. Wenn die Welt des wahren Geistes die Welt der Begriffe übersteigt, wie sollte man sie da klassifizieren können, indem man wiederum Begriffe verwendet? Sie würde, so gefaßt, aufhören, die Welt des wahren Geistes zu sein. Sie würde zu einem weiteren Begriff zusätzlich zu den schon vorhandenen degenerieren, ja wäre sogar verschwommener und dürrtiger als die anderen Begriffe. Worte können den wahren Geist nicht beschreiben, Begriffe können den wahren Geist nicht zum Ausdruck bringen. Der Weg, vom wahren Geist zu sprechen, besteht, wie Vinitaruci sagt, darin, »kunstvolle Mittel« zu gebrauchen. Etwas Bestimmtes zu sagen, ist leicht; aber die meisten Menschen fixieren sich dann auf dieses Bestimmte statt auf die damit gemeinte Wirklichkeit. Daher ist es besser, gar nichts zu sagen und »ohne Worte zu verstehen«.

Was die Welt der Phänomene angeht, so neigen wir zur Überzeugung, sie sei illusorisch und getrennt von der Wirklichkeit. Folglich meinen wir, nur indem wir sie abschütteln, könnten wir fähig werden, an die Welt des wahren Geistes zu rühren. Auch das ist ein Irrtum. Diese Welt von Geburt und Tod, diese Welt der Zitronen- und Ahornbäume *ist die Welt der Wirklichkeit als solcher*. Es gibt keine Wirklichkeit, die außerhalb der Zitronen- und Ahornbäume existieren würde. Das Meer ist entweder ruhig oder stürmisch. Will man eine ruhige See, so kann man sie nicht bekommen, indem man die stürmische See verdrängt. Man muß warten, bis dieses selbe Meer wieder ruhig wird. Die Welt des Wirklichen ist die Welt der Zitronen- und Ahornbäume, der Berge und Flüsse. Wenn man sie wirklich sieht, ist sie in ihrer vollständigen Wirklichkeit anwesend. Wenn man sie nicht wirklich sieht, bleibt sie eine geisterhafte, begriffliche Welt, die von Geburt und Tod geprägte Welt.

Die Lampe und ihr Schatten

Die Ts'ao T'ung Zen-Sekte (ihr entspricht das japanische Soto-Zen) gibt für die Meditation folgende fünf Grundsätze zur Hand:

1. Die Sitzmeditation auch ohne einen Meditationsgegenstand genügt.
2. Sitzmeditation und Erwachen sind keine zwei unterschiedlichen Dinge.
3. Auf das Erwachen braucht man nicht zu warten.
4. Es geht gar nicht darum, ein Erwachen zu erlangen.
5. Geist und Körper sind eins.

nannt) verwendet, indem sie das *kung-an* gebraucht. In Wirklichkeit können die Prinzipien des Ts'ao T'ung den Übenden der Lin Chi-Sekte helfen, nicht zwischen Zielen und Mitteln zu unterscheiden. Viele Übenden meinen ja, die Sitzmeditation sei nur ein Mittel, um das Erwachen zu erlangen. Aber wenn wir uns von der Vergessenheit zur Achtsamkeit bekehren, handelt es sich bei diesem Zustand bereits um das wahre Erwachen. Aus diesem Grund heißt es in der Ts'ao T'ung-Sekte: »Die Sitzmeditation zu üben, heißt bereits ein Buddha zu sein.« Wenn wir wirklich sitzen, sind wir bereits voll erwacht.

In unserem gewöhnlichen Zustand der Selbstvergessenheit verlieren wir uns selbst und unser Leben. Die Sitzmeditation auszuüben bedeutet, sich selbst wiederzufinden. Man kann sich vorstellen, daß alle Einzelteile des eigenen Geistes und Körpers über den ganzen Raum zerstreut sind. Die Sitzmeditation zu üben bedeutet, sie wieder zusammenzubringen, die Einheit und Ganzheit des eigenen Wesens wiederzufinden, sich selbst wieder zum Leben zu erwecken und ein Buddha zu werden.

Die Sitzmeditation ist etwas sehr Frohmachendes. Der ganze oder halbe Lotussitz macht es leichter, frei durchzuatmen, sich tief zu konzentrieren und zum Zustand der Achtsamkeit zurückzukehren. Aber man sollte das Zen nicht nur in der Sitzhaltung üben. Man kann es genauso üben, während man geht, ißt, spricht, arbeitet; in allen Lagen, bei allen Tätigkeiten ist es möglich. »Was ist ein Buddha?« »Ein Buddha ist ein Mensch, der vierundzwanzig Stunden täglich in Achtsamkeit lebt.«

Ein Mönch fragte Hsiang Lin: »Warum kam der erste Vorfahr nach China?« Hsiang Lin gab die Antwort: »Zu langes Sitzen ruiniert die Gesundheit.« Auf die gleiche Frage haben viele Meister eine Vielzahl unterschiedlicher Antworten gegeben. Meister Kieu Feng sagte: »Die Haut einer Schildkröte wiegt zwanzig Pfund.« Meister Tsong

Chan sagte: »Warte, bis der Tong-Fluß aufwärts fließt, und ich sage dir die Antwort.« Diese Antworten führen bei ganz bestimmten Geistesverfassungen zu ganz bestimmten Wirkungen. Aber die Antwort des Hsiang Lin - »Zu langes Sitzen ruiniert die Gesundheit« - ist einfach und auf jeden anwendbar. Wenn man sich mit der festen Absicht, den Sinn eines *kung-ans* herauszubringen, zum Meditieren hinsetzt, führt das zu keiner echten Zen-Meditation; man vergeudet damit nur seine Zeit und sein Leben. Die Sitzmeditation besteht im wesentlichen nicht darin, lediglich über ein *kung-an* nachzudenken, sondern es geht darum, die Lampe der Achtsamkeit in sich selbst anzuzünden. Tut man das, so stellt sich ganz natürlich und wie von allein auch der Sinn des *kung-ans* ein. Zündet man dagegen nicht die Lampe der Bewußtheit in sich an, so sitzt man weiter in den Schattenzonen des Lebens und kommt nie so weit, in seine eigene Natur zu schauen. Aus diesem Grund hat der Meister gesagt, zu langes Sitzen ruiniere die Gesundheit.

Das *kung-an* ist kein zu erforschender Gegenstand; die Sitzmeditation ist keine Forschungsmethode. Die Sitzmeditation ist Leben, und das *kung-an* hilft uns, zu überprüfen, wie wachsam wir in unserem Leben sind; es hilft uns, wachsam zu leben und zu bleiben. Gelegentlich ist schon gesagt worden, das *kung-an* sei der Schatten der Lampe, das Zen die Lampe selbst.

Eine nicht-begriffliche Erfahrung

Bei der Sitzmeditation geht es nicht darum, sich Gedanken zu machen, nachzudenken oder sich in Begriffen oder Unterscheidungen zu verlieren. Es geht auch nicht darum, unbeweglich zu verharren, so wie ein Stein oder ein Baumstumpf. Wie lassen sich die beiden Extreme des Sich-Verhedderns in Begriffen und der völligen Untätigkeit ver-

meiden? Indem man ganz im gegenwärtigen Augenblick ruht, mitten im Kern der jeweiligen Erfahrung, unter der Lampe der Bewußtheit. Der Weg, beide Extreme zu vermeiden, besteht also darin, sich auf die direkte Erfahrung einzulassen und diese in voller Wachheit wahrzunehmen. Das mag kompliziert klingen, aber es geht um eine ganz schlichte Erfahrung.

Nehmen wir wieder unser Beispiel. Wenn Sie Tee trinken, haben Sie eine direkte Erfahrung des Tees. Sie können diese Erfahrung in voller Achtsamkeit genießen. Bei der Erfahrung des Teetrinkens handelt es sich nicht um etwas Begriffliches. Erst später, wenn Sie darüber nachdenken und diese Erfahrung gegen andere Erfahrungen abgrenzen, wird dieses Teetrinken zum Begriff. Unser Begriff des Teetrinkens ist nicht diese Erfahrung selbst; so können wir strenggenommen nicht sagen, unsere Erfahrung sei zum Begriff *geworden*.

Im Augenblick der Erfahrung sind Sie und das Kosten des Tees eins. Beides ist nicht voneinander verschieden. Der Tee ist Sie, und Sie sind der Tee. Da gibt es keinen Trinker des Tees und keinen Tee, der genossen wird, denn in der tatsächlichen Erfahrung ist der Unterschied zwischen Subjekt und Objekt aufgehoben. In dem Augenblick, wo wir anfangen, Subjekt und Objekt voneinander zu unterscheiden, verfliegt die Erfahrung, und nur die Begriffe davon bleiben. *Die Welt des Zen ist die Welt reiner Erfahrung ohne Begriffe.* Wenn man nun ein *kung-an* als Meditationsgegenstand einführt, bedeutet das nicht schon an sich, daß man Zen übt. Aus diesem Grund heißt es in der Ts'ao T'ung-Sekte: »Die Sitzmeditation auch ohne einen Meditationsgegenstand genügt.«

Bei der Welt der direkten Erfahrung des Zen handelt es sich deshalb um Leben und Achtsamkeit, und nicht um stumpfes Da-sein. Wenn wir auf begrifflicher Ebene die Unterscheidung machen können zwischen dem, der den

Tee verkostet und dem Tee, der verkostet wird, also zwischen den beiden Elementen, die die Erfahrung des Teetrinkens bedingen (eine Erfahrung, die als solche ohne Subjekt und Objekt ist), können wir auch unterscheiden zwischen dem, der Zen übt und der Wirklichkeit, die er in seiner Erfahrung erlebt. Diese spirituelle Erfahrung kommt zustande, wenn der Übende und seine Wirklichkeit (nämlich der psychophysiologische Strom seines eigenen Da-seins) in direkte Kommunikation miteinander geraten. Die Natur dieser Erfahrung ist unteilbar. Allerdings müssen wir uns darüber im klaren sein, daß auch der Begriff des »Einsseins« wiederum ein Begriff ist. Das Leben und die Beschreibung des Lebens sind zwei grundverschiedene Dinge. Die Wirklichkeit an sich transzendiert alle Beschreibungen und Vorstellungen. Die Welt des Zen ist die Welt des An-sich-Seins, des *tathata* selbst.

Das Prinzip der Nicht-Dualität

Der japanische Zen-Meister Dogen hat gesagt: »Alle Phänomene sind Geist; Geist ist alles. Geist enthält Flüsse, Berge, Mond und Sonne.« In der Zen-Erfahrung gibt es kein Objekt des Wissens mehr. In Nagarjunas Abhandlung über das große Verstehen (*Mahaprajnaparamita Sastra*) heißt es:

Alle Phänomene lassen sich in zwei Kategorien fassen: in die des Geistes und die der Materie. Diese Unterscheidung zwischen Geist und Materie machen wir auf der begrifflichen Ebene, aber auf der Ebene des Erwachens ist alles Geist. Objekt und Geist sind beide wunderbar. Geist ist Materie, Materie ist Geist. Materie existiert nicht außerhalb von Geist. Geist existiert nicht außerhalb von Materie. Jedes ist das andere. Das nennt man die »Nicht-Dualität von Geist und Materie.«

Wenn wir zwischen Subjekt und Objekt unterscheiden, sind wir weit vom Zen und seinem grundlegenden Prinzip der Nicht-Dualität entfernt. Betrachten wir dazu Abbildung 1. Der Kreis stellt die Wirklichkeit dar; sie ist in zwei Bereiche geteilt, in den Geist (A) und die Materie (B).

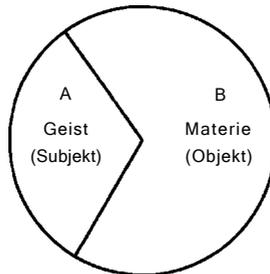


Abbildung 1

Es scheint uns möglich zu sein, zwischen Geist und Materie, Subjekt und Objekt zu unterscheiden. Aber das zu tun, ist in Wirklichkeit etwas Künstliches, wenn nicht Unmögliches. Zunächst einmal kann der Geist, der im allgemeinen als das Subjekt des Erfassens betrachtet wird, selbst zum Objekt des Erfassens werden. Wenn nun aber der Geist sich selbst zum Erkenntnisobjekt wird - handelt es sich dann bei dem, was man erkennt, um den Geist selbst oder lediglich um eine Projektion dieses Geistes? Sind psychologische Phänomene, die wir uns als Objekte unseres Studiums und Analysierens vornehmen, unser Geist selbst oder nur Bilder und Begriffe, die wir stellvertretend für unseren Geist benutzen? Kann unser Geist in sich selbst eindringen, oder kann er nur ein Abbild seiner selbst sehen, sich also nur an der Oberfläche seiner selbst bewegen? Eine weitere Frage: Existiert unser Geist überhaupt unabhängig von seinem Objekt? Oder anders formuliert: Kann das Subjekt der Er

kenntnis überhaupt existieren, ohne daß auch sein Objekt existiert?

Nach der Lehre des Vijñānavada, einer der Mahayana-buddhistischen Schulen, bezeichnet das Wort »Wissen« (vijñāna) sowohl das Subjekt als auch das Objekt des Wissens. Subjekt und Objekt des Wissens können nicht unabhängig voneinander existieren. A existiert nicht, wenn B nicht existiert, und umgekehrt.

Aus den bereits genannten Gründen muß die Aufspaltung der Wirklichkeit in Geist und Materie, Subjekt und Objekt als oberflächlich und als bloße Übereinkunft betrachtet werden, also als »kunstvolles Mittel«. Sobald sich die Wirklichkeit im Licht der Bewußtheit offenbart, enthüllen sich der Geist als wahrer Geist und die Materie als wahre Materie. In der *Abhandlung über das große Verstehen* heißt es darum zu Recht: »Geist ist Materie. Materie ist Geist. Materie existiert nicht außerhalb von Geist. Geist existiert nicht außerhalb von Materie.«

Betrachten wir Abbildung 2:

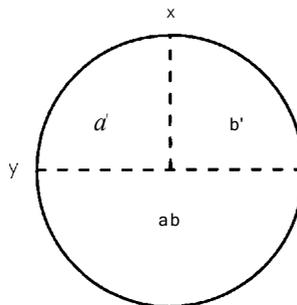


Abbildung 2

Der Kreis stellt die Wirklichkeit (a b) dar. Das ist das *Dharmakaya*, das *tathata*, das *nirvana* (die *Vollkommenheit*, die *Totalität*, das *Unbedingte*), also jene Wirklichkeit, die alle

mentalen Kategorien und alle Begriffe transzendiert. Oberhalb der gestrichelten Linie (y) sind wiederum mit einer gestrichelten Linie (x) zwei Bereiche unterschieden, nämlich das Subjekt der Erkenntnis (a') und das Objekt der Erkenntnis (b').

Im Fall des Wissens von a'b' handelt es sich um begriffliches Wissen. Es stützt sich auf die dualistische Vorstellung von Wirklichkeit, wobei also das Dasein in Geist und Materie aufgeteilt ist. Diese Art des Wissens ist von Natur aus *vikalpa*, das heißt: *Unterscheiden und Sich-Vorstellen* -, es kann uns nicht unmittelbar mit der Wirklichkeit in Kontakt bringen.

Betrachten wir jetzt Abbildung 3:

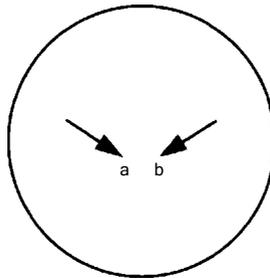


Abbildung 3

Hier sind die beiden gestrichelten Linien (y und x) entfernt. Subjekt (a') und Objekt (b') kehren zu sich selbst zurück -in die vollkommene, nicht- unterscheidende und nicht-sich-vorstellende Wirklichkeit. Das ist die Welt des Zen-Erwachens.

Jetzt betrachten wir Abbildung 4:

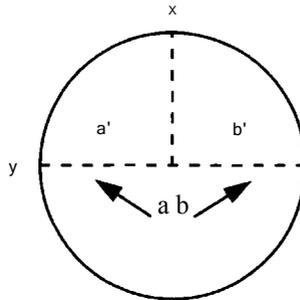


Abbildung 4

Wir sehen: In dieser Abbildung gibt es wieder die beiden gestrichelten Linien (y und x). Nach dem Wiederauftauchen aus der nicht-unterscheidenden und nicht-sich-vorstellenden Wirklichkeit kommt (a b) im Subjekt (a') und im Objekt (b') zum Ausdruck. Abbildung 4 gleicht Abbildung 2, aber in diesem Fall finden sich zusätzlich zwei Pfeile, die die Bewegung des Wieder-Darstellens anzeigen.

Ein erwachter Mensch lebt in der materiellen Welt genau wie jeder andere Mensch auch. Sieht er eine Rose, dann weiß er wie jeder andere, daß das eine Rose ist. Aber er ist von Begriffen weder konditioniert noch eingesperrt. Er kann nun frei über die Begriffe verfügen und sie ganz wunderbar als »kunstvolle Mittel« einsetzen. Ein erwachter Mensch schaut, hört und unterscheidet Dinge, aber gleichzeitig ist er sich unablässig vollkommen der Gegenwart von (a b) bewußt, also der vollkommenen, nicht-unterschiedenen Natur aller Dinge. Der Erwachte lebt zutiefst aus der Bewußtheit des Ineinander- und Vernetztseins aller Dinge.

Das Ineinander- und Vernetztsein

Das »Ineinander« aller Dinge entspricht direkt dem bereits vorhin erörterten Begriff des Nicht-Selbst. Das Ineinander- und Vernetztsein aller Dinge zu erkennen heißt wahrzunehmen, daß sie von Natur aus wechselseitig voneinander abhängig sind und kein losgelöstes, völlig unabhängiges Selbst haben. Nehmen wir z. B. wieder den Tisch. Wir erkennen sein Vorhandensein erst, wenn die Bedingungen, von denen sein Dasein abhängt, alle zusammentreffen. Ehe er »da ist«, hat der Tisch im Wald existiert; dann mußten Säge, Nägel, Tischler und viele andere Elemente direkt und indirekt zusammenwirken, bis er sichtbar wurde. Wenn wir das Dasein des Tisches in Verbindung mit diesen Elementen sehen können, die ihn alle bedingen, können wir auch sehen, daß er sich grenzenlos in Raum und Zeit erstreckt. Diese Sicht der Wirklichkeit kann uns die Angst vor Begriffen wie Nicht-Existenz, Unbeständigkeit und Nicht-Selbst nehmen. Als Erwachte sind wir frei, heiter und glücklich, Meister unserer selbst. Abbildung 4 stellt den Zustand des Erwachenseins dar, während Abbildung 2 den Zustand des Schlafens darstellt, auch wenn beide Abbildungen praktisch identisch sind. Ein Zen-Meister hat gesagt: »Ehe ich das Zen übte, waren für mich Flüsse Flüsse und Berge Berge. Als ich Zen praktizierte, sah ich, daß die Flüsse keine Flüsse und die Berge keine Berge mehr waren. Jetzt sehe ich, daß die Flüsse wieder Flüsse und die Berge wieder Berge sind.« Die Abbildungen 2, 3 und 4 bestätigen diese Aussage. Haben wir erst einmal das Erwachen erlangt, so sind wir Meister unserer selbst, und zwar auch dann, wenn wir in der Welt der bedingten Wirklichkeit leben. Was das Verhältnis von Materie und Geist, Phänomenen und wahrer Natur, Wissen und Tat angeht, hat Cuu Chi, ein Mönch des elften Jahrhunderts aus der Vo Ngon Thong-Sekte, gesagt:

Alle Methoden, die auf die Verwirklichung des Erwachens abzielen, haben ihren Ursprung in deiner wahren Natur. Die wahre Natur von allem ist in deinem Geist. Geist und Materie sind nicht zwei getrennte Dinge, sondern eins. Bedingtheit, Abhängigkeit und Irrtum existieren nicht wirklich. Wahr und falsch, Verdienst und Sünde sind illusionäre Vorstellungen. Genauso das Gesetz von Ursache und Wirkung. Solange dein Tun sich auf begriffliches Unterscheiden stützt, ist es nicht frei. Der freie Mensch sieht alles, weil er weiß, daß es nichts zu sehen gibt. Er nimmt alles wahr, weil er nicht von Begriffen getäuscht wird. Schaut er die Dinge an, so sieht er ihre wahre Natur. Nimmt er Dinge wahr, so stößt er bis zu ihrer Natur des Ineinanderseins vor. So lebt er zwar in der Welt, kennt aber das Geheimnis des Auftauchens und des Sich-Darstellens der Phänomene. Das ist der einzige Weg, zum Erwachen zu gelangen. Frei von Irrtümern, die die Begriffe verursachen, lebt er in Frieden und Freiheit, sogar in der Welt des karma. Er benutzt kunstvolle Mittel und nimmt den Ruf wahr, der ihn in dieser Welt der Bedingtheiten ins Wachsein weckt, und er denkt gar nicht mehr darüber nach, ob die Welt bedingt oder unbedingt ist.

V

Fußspuren der Leerheit

Die Geburt des Zen-Buddhismus

Gegen Ende des achten Jahrhunderts wurde der Begriff »Zen-Schule« zum ersten Mal gebraucht. Davor waren Bezeichnungen üblich wie Leng Chia Tsung, Tung Ch'an Tsung, Ta Ma Tsung, Ho So Tsung, Nieu T'ou Tsung usw. Alle diese Ausdrücke standen für buddhistische Traditionen, die die Sitzmeditation als die Kernübung und Grundlage des Buddhismus betrachteten.

Mitte des fünften Jahrhunderts übersetzte der indische Mönch Gunabhadra (394-468) die *Lankavatara-Sutra* ins Chinesische. Seine Schüler und ihre Freunde organisierten Studiensitzungen über diesen Text und bildeten eine Schule, die Leng Chia Tsung (Lankavatara-Schule) genannt wurde. Die *Lankavatara* wird allgemein als Grundlagentext für den Zen-Buddhismus angesehen.

Im siebten Jahrhundert gründete ein chinesischer Mönch namens Tao Shin ein Kloster, das ganz auf die Praxis der Meditation auf dem Berg Tung Shan in Ho Nan ausgerichtet sein sollte. Einer seiner Schüler, Hung Jen, setzte sein Werk fort und unterwies eine Reihe von Schülern in der Praxis des Zen, darunter so berühmte Mönche wie Shen Hsiu, Hui Neng und Fa Jung. Shen Hsiu lehrte später im Norden des Landes, Hui Neng im Süden. Fa Jung (594-647) blieb in Nan King im Kloster Yeo Ts'i auf dem Berg Niu T'ou. Das Zen fing an, mit dem Tsing T'ou (dem *Amidismus*) zu brechen. Den meisten Autoritäten zufolge gilt Fa Jung als Gründer der Niu T'ou-Sekte, aber in Wirklichkeit war er weder der Schüler von Tao Shin noch der Gründer der fraglichen Sekte. Die Tradition, die Tao Shin und Hung Jen begründet haben, wird als die Tung Shan-Sekte bezeichnet. Beide lehrten im Kloster auf dem Berg Tung Shan.

Shen Hsiu gründete die nördliche Schule (Pei Tsung). Diese Schule war es, in der man anfangs, das *kung-an* zu gebrauchen. Hui Neng gründete zwar die südliche Schule (Nan Tsung), aber deren eigentlicher Gründer ist sein Schüler Shen Hui (668-760). Die meisten historischen Dokumente des chinesischen Zen-Buddhismus stammen aus dieser Schule. Es war auch in der südlichen Schule, wo man den Begriff der *jähren Erleuchtung* entwickelte, während die nördliche Schule die Lehre von der *allmählichen Erleuchtung* vertrat.

Um Größe und Einfluß der südlichen Schule zu gewährleisten, hielt es Shen Hui für notwendig, eine Geschichte der Tradition des Zen-Buddhismus zu erstellen. Er benutzte alle verfügbaren Unterlagen und verfolgte die Stammlinie des indischen Buddhismus mit seinen achtundzwanzig Vorfahren zurück bis zum Buddha und von diesem aus zu Mahakasyapa und Bodhidharma, dem ersten Vorvater der Zen-Schule in China. Nach diesem wurde das Geistes-Siegel dem Hui Ko übermittelt, dann dem Seng Ts'ang, Tao Shin, Hung Jen und Hui Neng. Laut Shen Hui ist Hui Neng der Sechste Vorfahr der Zen-Schule. Shen Hui selbst gilt als der rechtmäßige Nachfolger des Hui Neng.

Die historischen Dokumente des Zen, die die südliche Schule beibrachte, waren dazu gedacht, das Prestige dieser Schule zu untermauern; daher sind sie nicht in allem ein getreuer Spiegel der historischen Wirklichkeit, vor allem, was die nördliche Schule angeht. Shen Hui griff die nördliche Schule an, als sich diese allgemeiner Beliebtheit erfreute, denn der von dieser Schule verkündete Gedanke der stufenweisen Erleuchtung wurde von der Aristokratie und den Höflingen begeistert aufgegriffen. Zu dieser Zeit war der Ausdruck »Zen-Schule« noch nicht im Gebrauch, sondern man verwendete die traditionelle Bezeichnung »Bodhidharma-Schule« (Ta Ma Tsung).

Zur selben Zeit vertiefte sich in Niu T'ou der Mönch Huian Sou (668-752) in die Lehre »weder Worte noch Buchstaben«. Diese Lehre sowie der Gebrauch des *kung-ans*, mit dem man in der nördlichen Schule angefangen hatte, sollte die Entwicklung aller Zen-Sekten in den künftigen Generationen maßgeblich beeinflussen.

Als die nördliche Schule zu zerfallen begann, erfuhr die südliche Schule eine rasante Entwicklung. Nach Shen Hui traten große Mönche auf, etwa Hsi Ch'ien (700-790), Tao Yi (707-786) und Fa Kin (714-792), und es wurden die fünf berühmten Zen-Schulen gegründet: Lin Chi, Ts'ao T'ung, Yun Men, Kuei Yang und Fa Yen. Diese Schulen wurden später in Japan und Vietnam eingeführt, im besonderen die Schulen von Lin Chi und Ts'ao Tung.

Die Tradition, die auf Shen Hui zurückgeht, wurde als die Ho Tso-Schule bezeichnet, nach dem Ort, an dem Shen Hui gelebt hatte. Der Ausdruck »Zen-Schule« (*Ch'an Tsung*) tauchte auf zur Zeit des Po Chang (720-814), des Autors der berühmten Zen-Klosterregeln. Diese wurden als *Po Chang Ts'ing Kuei* bezeichnet und waren die Regeln, mittels derer sich die Zen-Tradition vollständig von den Klöstern der Vinaya-Schule absetzte.

Das Zen leitet sich von einer Form des Buddhismus ab, die in einer geographischen Zone entstand, welche von der chinesischen Kultur beeinflußt war. Der ursprünglich chinesische Zen-Baum wurde nach Japan, Vietnam und Korea verpflanzt und ist dort gut gediehen und zur Blüte gelangt. Dabei unterscheidet sich der Zen-Buddhismus durch bestimmte Eigenheiten in jedem dieser Länder von dem in China geübten, aber es ist leicht zu sehen, daß es sich im wesentlichen um das gleiche handelt.

Zen und der Westen

Viele Gelehrte, Mönche, Künstler, Popularisierer und Laien, die das Zen üben, haben sich daran beteiligt, das Zen nach Europa und Amerika zu verpflanzen. War diesen Bemühungen Erfolg beschieden?

Vom wissenschaftlichen Standpunkt aus haben Gelehrte wie Suzuki, Edward Conze, Richard Robinson und Robert Thurman viel dazu beigetragen, bei westlichen Menschen lebhaftes Interesse für den Zen-Buddhismus zu wecken. Zen hat das Denken von Theologen wie Paul Tillich und von Philosophen wie Erich Fromm und Carl Gustav Jung beeinflusst. Aber existiert das Zen im Westen bereits als eigenständige lebendige Tradition? Viele Mönche, Nonnen und Laien-Lehrer bieten hier bereits Zen-Kurse an, aber ich habe den Eindruck, das sei weithin eine fernöstliche Übung geblieben, die noch einen Fremdkörper in der westlichen Kultur darstellt. Der Prozeß, in dessen Verlauf das Zen im westlichen Boden Wurzeln schlägt, ist noch im Gang. Im Westen trifft es auf recht andere kulturelle, ökonomische und psychologische Bedingungen. Man kann nicht dadurch ein ernsthafter Zen-Jünger werden, daß man einfach die Art nachahmt, wie chinesische oder japanische Zen-Schüler essen, sitzen oder sich kleiden. *Zen ist Leben; Zen imitiert nicht.*

Soll das Zen wirklich voll und ganz im Westen Wurzeln schlagen, dann muß es eine westliche Form annehmen, die sich von der fernöstlichen unterscheidet.

Zen und China

Es gibt wichtige Unterschiede zwischen der indischen Mentalität und der chinesischen, die in China zu jener Form des Buddhismus geführt hat, welche als Zen bezeichnet wird. Die Chinesen sind ein sehr praktisches Volk. Das

zeigt sich deutlich am Konfuzianismus, Taoismus und Buddhismus. Die Aussage, die Bodhidharma bei seiner Ankunft in China gemacht hat, ist deshalb zum Grundstein der Zen-buddhistischen Tradition geworden, weil sie der pragmatischen Natur der Chinesen entgegenkommt. Jene indische Ideen- und Bilderwelt, die sich in *Avatamsaka*, *Saddharma Pundarika*, *Vimalakirtinirdesa* und anderen Sutren offenbart, hat keine Entsprechung in China. Vielleicht hat diese Neigung zum Träumen und Spekulieren den Verfall des indischen Buddhismus zu Beginn des achten Jahrhunderts mitverursacht. Der Buddhismus gründet sich auf persönliche Erfahrung und nicht auf spekulative Ideen, und ohne den ständigen Rekurs auf konkrete spirituelle Erfahrungen kann er nicht existieren. Die Chinesen studierten und erfaßten durchaus die phantastische Ideen- und Bilderwelt des indischen Mahayana-Buddhismus. Ja, sie übersetzten, kommentierten und systematisierten alle literarischen Quellen des indischen Buddhismus. Doch ihre praktische Natur fühlte sich vor allem zur erfahrungsmäßigen Grundlage des Buddhismus hingezogen; das trug entscheidend dazu bei, daß sich der Buddhismus auf chinesischem Boden fest verankern konnte. Obwohl es sich beim Zen um eine chinesische Form des Buddhismus handelt, ist es von seinen Anfängen bis zu seiner vollen Entfaltung ein getreuer Widerschein der Strahlkraft des indischen Buddhismus. Aus diesem Grund kann man sagen, daß uns das Zen den authentischen Geist des Buddhismus erschließt.

Ein Zeugnis für die Authentizität des Zen ist seine erfahrungsbezogene und pragmatische Natur und seine Einstellung gegenüber Worten und Begriffen. In den Sekten Avatamsaka, Shingon und T'ien T'ai handelt es sich beim Buddha nur noch um eine allegorische Figur. *Im Zen wird der Buddha als Menschenwesen mit Fleisch und Knochen vorgestellt*. Meister Lin Chi hat gesagt:

Wenn der Buddha unsterblich ist, warum mußte er dann zwischen zwei Sala-Bäumen im Wald von Kusinagara sterben? Wo ist er jetzt? Der Buddha muß genau wie wir alle dem Gesetz von Geburt und Tod gehorchen. Ihr sagt, der Buddha besitze Wunderkräfte. Aber auch die Asuras und Brahma besitzen diese Wunderkräfte. Sind sie Buddhas? Seine Wunderkräfte ermöglichen es dem Buddha, frei von Form zu bleiben, wenn er in die Welt der Form eintritt, frei von Geräuschen, wenn er in die Welt des Geräusches eintritt, frei von Gerüchen, wenn er in die Welt des Geruchs eintritt, frei von Geschmäckern, wenn er in die Welt des Geschmacks eintritt, frei von Wahrnehmungen, wenn er in die Welt der Wahrnehmung eintritt, frei von Gedanken, wenn er in die Welt des Denkens eintritt. Die sechs Wunderkräfte zu erlangen bedeutet, die Natur der Leerheit der sechs Sinnesbereiche zu erfassen. Obwohl er gegenwärtig ist in seinem Körper aus fünf Aggregatzuständen, schreitet er unter Gebrauch dieser Wunderkräfte über die Erde.

Das Zen unterscheidet sich zwar in Form und Praxis vom indischen Buddhismus, aber letzten Endes wirkt es authentischer als viele andere buddhistische Schulen. Vor allem legt das Zen besonderen Nachdruck auf die Notwendigkeit des Übens, das zur Erleuchtung führt, und das ist die Grundlage des Buddhismus.

Wie wir wissen, wird das Prinzip des Nicht-Ich nur als Mittel dazu verwendet, den Weg des Buddhismus zu eröffnen; es handelt sich um kein Dogma. Das Prinzip des Nicht-Ich wird sowohl auf die Welt der Lebewesen als auch auf die Welt der unbeseelten Dinge angewandt. Nicht-Ich bezeichnet das Nichtvorhandensein einer bleibenden Identität. Nicht-Ich ist Unbeständigkeit. Alles ist in ständigem Wandel begriffen. Nichts kann auf eine definitive Identität festgelegt werden. Alles ist dem Nicht-Ich unterworfen.

Der Begriff der Leerheit

Der Begriff der Leerheit (*sunyata*) im Buddhismus ist vom Begriff des Nicht-Ich abgeleitet. Man muß immer gleichzeitig fragen: »Leer wovon?« Leerheit bedeutet in diesem Zusammenhang das Leersein einer abgetrennten, unabhängigen Entität namens Selbst. Jedoch leer zu sein von einem abgetrennten Selbst bedeutet, voll von allem anderen zu sein!

Sehen wir uns den folgenden Abschnitt aus der *Samyutta Nikaya* an:

Herr, warum wird die Welt leer genannt?

Weil in der Welt ein abgetrenntes Selbst und Dinge, die ein abgetrenntes Selbst besitzen, nicht existieren.

Welche Dinge haben kein abgetrenntes Selbst ?

Auge, Form und Sehvermögen besitzen kein abgetrenntes Selbst und nichts, was zu einem abgetrennten Selbst gehört. Genauso besitzen Ohr, Nase, Zunge, Körper, Gedanken, ihr Objekt und ihr Wissen kein abgetrenntes Selbst und nichts, was zu einem abgetrennten Selbst gehört.

Alle Phänomene (physischer, psychologischer und physiologischer Art) sind bar einer bleibenden Identität. Leersein ist nicht gleichbedeutend mit nicht-existent-Sein. Es heißt, ohne eine bleibende Identität zu sein. Um diesen Punkt vor Augen zu führen, sagte Nagarjuna in seiner *Mahaprajnaparamita Sastra* (im zweiten Jahrhundert): »Der Leerheit verdanken alle Phänomene ihr Dasein.« Diese Aussage ist ganz eindeutig. Hat man die Unbeständigkeit und das Nicht-Selbst der Dinge vor Augen, so erkennt man klar, daß sie weder beständig sind noch ein absolutes Selbst besitzen. Wenn sie nicht unbeständig wären, wie könnte da ein Getreidekorn zur Ähre heranwachsen ? Wie könnte aus einem kleinen Mädchen eine hübsche junge Dame werden? Wie

könnten totalitäre Regimes je ein Ende finden ? Zu behaupten, es gebe eine absolute Identität, bedeutet, die Existenz der Dinge zu leugnen, während es ein Ja zum Leben bedeutet, wenn man das Prinzip des Nicht-Selbst vertritt. Die Dinge sind nur möglich, wenn sie nicht mit einer fixierten Identität behaftet sind. Man kann das auf folgende Formeln bringen:

Unbeständigkeit = Nicht-Selbst = Die Dinge existieren.
Beständigkeit = fixierte Identität = Nichts kann existieren.

Der Begriff der *Leerheit* bedeutet folglich nach der Lehre des Buddhismus die Bejahung des Daseins der Dinge und nicht ihre Verneinung. Unser Wunsch nach einer Welt, in der die Dinge von Bestand und unzerstörbar sind, ist weder realisierbar noch überhaupt wünschenswert.

Komplementäre Begriffe

Die frühen Schulen des Buddhismus (wie die Sarvastivada, Sautrantika und Theravada) haben aus diesem Grund philosophische Systeme aufgestellt, bei denen es um den Nachweis geht, daß Dinge mit bleibenden Identitäten nicht existieren, während Dinge (*dharmas*), die ohne absolute Identität sind, existieren.

Um jedoch die Verwechslung von Identität und Existenz zu vermeiden, lehren diese Schulen, die Dinge existierten nur im gegenwärtigen Augenblick. Diese Schulen, vor allem die Sarvastivada, studieren genau alle physikalischen, physiologischen und psychologischen Phänomene sowie auch alle Phänomene, die sich nicht in diese drei Kategorien einordnen lassen. Es gibt zahlreiche Werke mit solchen Studien und Analysen. Die Angst vor dem Nicht-sein, hervorgerufen durch mißverständliche Auffassungen über die Lehre des Nicht-Selbst, weckte das Bedürfnis, das

Dasein der Dinge zu bestätigen. Doch mit der Aussage, die Dinge existierten nur im gegenwärtigen Augenblick, entstand eine Reihe von Schwierigkeiten. Wie lassen sich zum Beispiel *karma*, Wiedergeburt und Erleuchtung erklären, wenn wir keine Beziehung zwischen den im gegenwärtigen Augenblick existierenden Dingen und denjenigen herstellen können, die in der Vergangenheit existiert haben oder in der Zukunft existieren werden ?

Die frühen buddhistischen Schulen entwickelten weitere Vorstellungen, um ihre Lehre zu vervollständigen. In der Sarvastivada-Schule zum Beispiel lehrt man, die Dinge, als Wesenheiten gesehen, existierten zwar in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, aber als Phänomene existierten sie nur im gegenwärtigen Augenblick. Die Formel »Identität existiert nicht, Dinge existieren« wird durch die Formel: »Die wahre Natur der Dinge existiert als Kontinuum durch Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft« nicht vervollständigt.

Die Theravada-Schule verwendet den Begriff der »Erlangung«, um bei den Dingen einen Zusammenhang zwischen Ursache und Wirkung herzustellen. Die Sautrantika-Schule greift auf die Bilder von Samen (*bijas*), Duft-Durchdringung oder Gewohnheits-Energie (*vasana*) und Abstammung (*gotra*) zurück. Die Sarvastivada-Schule vertritt eine pluralistisch-realistische Lehre, eine Art von Pan-Realismus, und widmet ihre Zeit dem Studieren und Analysieren von Ideen über *dharmas*.

Anti-scholastische Reaktionen

In Reaktion auf diese scholastischen und dogmatischen Tendenzen entstanden neue Schulen und Lehrmeinungen. Mitte des vierten Jahrhunderts vor der Zeitenwende stellte die Mahasanghika-Schule aufs neue die Frage nach dem

Wissen. Sie betonte die Wichtigkeit der Läuterung des Geistes, um die Erleuchtung zu erlangen. Das Studieren und Analysieren der *dharmas* bezeichnete sie als sinnlos und ermutigte stattdessen zur direkten spirituellen Erfahrung.

Die Pudgalavada-Schule, die zu Beginn des dritten Jahrhunderts vorder Zeitenwende entstand, vertrat, es existiere doch ein Selbst, und die Auffassung der Sthavira-Schulen vom Begriff des Nicht-Selbst sei gegen den Geist des Buddhismus. Viele verurteilten die Pudgalavada zwar als häretisch, aber immerhin konnte sie viele Irrtümer aufzeigen, die in den traditionellen scholastischen und dogmatischen Tendenzen steckten. Von den damals 250000 buddhistischen Mönchen in Indien waren fast ein Viertel pudgalavadische Mönche.

Im zweiten Jahrhundert vor der Zeitenwende entstand der erste Text der *Prajñāparamita-Sutra*; gleichzeitig wurde die Lehre von der *Leerheit* entwickelt, und zwar aus dem Bemühen heraus, den ursprünglichen Geist des Buddhismus wiederzufinden. Im folgenden Jahrhundert entstanden weitere Texte der *Prajñāparamita* sowie andere Texte der Mahayana-Tradition, wie die *Sādharmapundarika*, *Lankavatara*, *Mahāparinirvāna* und *Avatamsaka*. Die Erkenntnisse, die die Mahasanghika-Schulen und die Pudgalavada gewonnen hatten, trugen viel zum Entstehen dieser Schulen des Mahayana-Buddhismus bei.

Um die Charakterzüge des Zen besser sehen zu können, müssen wir uns die Wesenszüge der Sunyatavada- und der Vijñānavada-Schule genauer ansehen. Die Sunyatavada-Schule, später als Madhyamika bekannt, gründet sich auf die *Prajñāparamita*-Schriften, während sich die Vijñānavada-Schule auf die *Sandhinirmocana*, *Lankavatara* und andere Texte stützt. Alle diese Texte werden in der Zen-Tradition verwendet. In meinen Augen spiegelt der Zen-Buddhismus auf höchst harmonische Weise alle diese Schriften der Mahayana-Tradition wider.

Rückkehr zur Quelle

In der Prajnaparamita ist der Ausgangspunkt des Denkens der Begriff der Leerheit. Bekanntlich bezeichnete das Wort Leerheit ursprünglich das Fehlen eines andauernden Selbst. Als die Sarvastivada-Schule erklärte, phänomenal gesehen existierten die Dinge nicht als andauernde Identitäten, aber ontologisch gesehen gebe es durchaus eine wahre Natur der Dinge, wurde diese bleibende Identität also offensichtlich wieder durch die Hintertür ins Spiel gebracht, verkappt als »ontologisches Wesen«. Die *Prajnaparamita* nun erklärt: »Die Dinge haben keine eigene Natur; ein ontologisches Wesen der Dinge gibt es nicht.« Mit dieser Erklärung führt uns die *Prajnaparamita* wieder zur Quelle des Buddhismus zurück.

Bei den Begriffen der Unbeständigkeit, des Nicht-Selbst, des Zwischen-Seins und der Leerheit handelt es sich um Hilfsbegriffe, die darauf abzielen, die Irrtümer des Erkennens an den Tag zu bringen; dagegen sind sie nicht dazu gedacht, die Gegenstände des Erkennens exakt zu beschreiben. Man muß diese Begriffe also als *Methode* und nicht als *Information* betrachten. Nach der *Vajracchedika-Prajnaparamita* besteht darin das größte Problem von allen. Der Buddha sagte zu Subhuti, der ihn fragte, welche Methode zum rechten Verstehen führe:

Folgendermaßen meistern die Bodhisattva Mahasattvas⁷ ihr Denken. »So viele Arten von Lebewesen es auch geben mag - seien sie aus Eiern geboren, aus dem Schoß, aus dem Feuchten oder von allein; mögen sie Form haben oder formlos sein; mögen sie wahrnehmen können oder nicht wahrnehmen können; oder mag man von ihnen sagen können, daß sie Wahrnehmungen haben oder daß sie keine

7 »die noblen Wesen, die auf dem Weg zur Erleuchtung sind«, d. Übers.

Wahrnehmungen haben - alle diese Lebewesen müssen wir ins letzte nirvana führen, damit sie befreit werden können. Und wenn diese unzählbare, unmeßbare, grenzenlose Zahl von Lebewesen befreit worden ist, glauben wir in Wahrheit nicht, daß auch nur ein einziges Wesen befreit worden ist.« Warum ist das so ? Solange, lieber Subhuti, ein Bodhisattva noch an der Vorstellung festhält, es gebe tatsächlich ein Selbst, eine Person, ein lebendiges Wesen oder eine Lebensspanne, so lange ist er noch kein authentischer Bodhisattva.

Warum sind die Vorstellungen die Quelle der Irrtümer, die korrigiert werden müssen ? Weil die Vorstellung nicht die Wirklichkeit ist. Wenn man »alle Wesen ins *nirvana* führt«, rührt man an die Wirklichkeit. Aber »alle Wesen«, »*nirvana*«, »führen« und die Rede von einem, der »führt« und von solchen, die »geführt« werden - all das sind nur Begriffe. Warum nun besteht ein so großer Zwiespalt zwischen Wirklichkeit und Begriff? In der Wirklichkeit selbst gibt es keine Unterscheidung. Aber in der Welt der Begriffe ist die »Wirklichkeit« voller Unterscheidungen: Hier wird aufgespalten in Subjekt/Objekt, Selbst/Nicht-Selbst usw. Das ist nicht die echte Wirklichkeit, sondern nur ein irrtümliches Bild der Wirklichkeit. Der Ursprung dieses irrtümlichen Bildes wird in der Vijnanavadin-Schule als *Unterscheidung (discrimination)* oder *Einbildung (Imagination, vikalpa)* bezeichnet.

Die Blume vor dem Fenster ist in ihrer ununterschiedenen Wirklichkeit eine wirkliche Blume. Sobald wir jedoch unterscheiden, offenbart sie sich uns nicht mehr. An ihre Stelle tritt ein irreführendes Bild von ihr. Das Wort »leer«, das zunächst das Fehlen einer bleibenden Identität bezeichnet hat, nimmt jetzt einen weiteren Sinn an: Das vom Begriff geschaffene Bild stellt keinerlei Wirklichkeit dar, sondern es ist rein imaginär.

Das A, das Nicht-A ist, ist wirklich A

In der *Vajracchedika-Prajnaparamita* finden wir viele Formulierungen nach dem Schema »Das A, das Nicht-A ist, ist wirklich A.« Greifen wir folgende Beispiele heraus: »Was der *Tathagata*⁸ ein Lebewesen nennt, ist seinem Wesen nach kein Lebewesen. Deshalb wird es ein Lebewesen genannt.« »Subhuti, was als Begriff der *dharmas*⁹ bezeichnet wird, ist kein Begriff der dharmas. Darum wird es als Begriff der *dharmas* bezeichnet.« Das bedeutet, daß *die Wirklichkeit nur dann Wirklichkeit ist, wenn sie nicht begrifflich erfaßt wird*. Was wir anhand unserer Begriffe konstruieren, ist nicht Wirklichkeit. »Diese Blume, die kein Begriff ist, ist wirklich eine Blume.« Wir finden hier wieder die Ablehnung des Prinzips eines bleibenden Selbst und der Neigung, die Dinge mittels einer dazwischentretenen Verbegrifflichung zu sehen. Wer sich auf den Weg einlassen will, muß in direkten Kontakt mit der Wirklichkeit treten und darf es nicht zulassen, daß ihn Begriffe von dieser Wirklichkeit trennen. Die Wirklichkeit läßt sich nicht vorstellen, noch läßt sie sich mit Worten beschreiben. *Die Wirklichkeit ist Wirklichkeit; sie ist es nur als solche*. Das bedeutet das Wort *tathata*, Sosein.

Die *Prajnaparamita* fängt mit der Aussage an: Es gibt keine wahre Natur, es gibt kein bleibendes Selbst. Die Leerheit war als Hilfsstütze gedacht. Wenn wir sie als Wirklichkeit nehmen, brauchen wir ein Gegenmittel.

Die *Maharatnakuta* sagt:

Das Verhaftetsein an irrtümliche Sichtweisen läßt sich mit einer Krankheit vergleichen. Alle irrtümlichen Sichtweisen lassen sich heilen; nur das Verhaftetsein an die Sichtweise

8 »einer, der Fortschritte macht« oder »einer, der die Erleuchtung erlangt hat«; d. Übers.

9 *dharma* (klein geschrieben): das Phänomen oder Ding; d. Übers.

der Leerheit ist unheilbar. Das Verhaftetsein an die Sichtweise des Seins, mag es riesig wie ein Berg sein, ist dem Verhaftetsein an das Nicht-Sein vorzuziehen.¹⁰

Aus diesem Grund ist die echte Leerheit mit dem *tathata* identisch, also mit der nicht-unterschiedenen und nicht in Begriffe gefaßten Wirklichkeit. Viele gehen zu weit und betrachten die Leerheit oder *tathata* als ontologische Grundlage von allem. Doch wir haben bereits gesehen, daß die Vorstellung eines ontologischen Wesens genaugenommen ein verkappter Begriff des absoluten Selbst ist, also dessen, was die *Prajnaparamita* energisch bekämpft. Alles, was man sagen kann, ist, daß die Leerheit oder das *tathata* die nicht in Begriffe gefaßte Wirklichkeit ist. Alle Begriffe der Leerheit sind Feinde der Leerheit, alle Begriffe des *tathata* sind Feinde des *tathata*. Bis zur Wirklichkeit der Leerheit oder des *tathata* vorzustößeln hieße, zum Großen Verstehen zu gelangen. Lesen wir dazu folgenden Dialog in der *Astasahasrika-Prajnaparamita*:

Subhuti: Es ist wirklich wunderbar, daß das *tathata* die wahre Natur der Dinge offenbaren kann, wo sich doch nichts über diese wahre Natur der Dinge sagen läßt! Habe ich dich richtig verstanden, Herr, wenn ich sage, daß wir nichts über die Dinge selbst sagen können?

Buddha: Das ist wahr; wir können nichts über die Dinge sagen.

Subhuti: Dinge, die weit jenseits aller Worte sind, können die zunehmen oder abnehmen ?

Buddha: Nein, das können sie nicht.

Subhuti: Wenn das so ist, können die sechs Übungen derparamita¹¹ keinen Fortschritt bewirken. Wie kann

¹⁰ *Kasvaparirarta* der *Mabaratnakuta-Sutra*

¹¹ Die sechs Übungen, die zur absoluten Erleuchtung führen, sind: Großzügigkeit, Disziplin, Geduld, Sorgfalt, Meditation, Weisheit.

dann also der Bodhisattva zur vollkommenen Erleuchtung gelangen? Wie kann man die vollkommene Erleuchtung verwirklichen, ohne die sechs *paramitas* zu vervollkommenen?

Buddha: Subhuti, nichts nimmt zu oder ab in der Natur der sechs *paramitas*. Der Bodhisattva, der die *paramita* der Großzügigkeit übt, diese *paramita* der Großzügigkeit entwickelt und kunstvolle Mittel anwendet, denkt niemals: »Diese *paramita* der Großzügigkeit ist im Prozeß des Zunehmens oder Abnehmens.« Im Gegenteil, er denkt: »Die *paramita* der Großzügigkeit ist nichts als ein Wort.« Wenn der Bodhisattva jemandem etwas gibt, so gibt er sein ganzes Herz und alle Verdienste dieser Tat als Geschenk der Weisheit an alle Wesen. Diese Gabe ist Ausdruck der Methode der Verwirklichung völliger Großzügigkeit. Wenn er Disziplin, Geduld, Sorgfalt, Meditation und Weisheit übt, verhält er sich genauso.

Subhuti: Und was ist die vollkommene Erleuchtung?

Buddha: Das ist *tathata*. *Tathata* nimmt weder zu noch ab. Wenn der Geist des Bodhisattva im Frieden im *tathata* ruht, ist der Bodhisattva nahe an der vollständigen Erleuchtung; und das kann er nie mehr verlieren. Die Wirklichkeit übersteigt alle Worte und Begriffe. Sie enthält nicht die *paramitas* oder *dharmas*, und sie nimmt nicht zu oder ab. Wenn der Bodhisattva in diesem Geist verharrt, ist er einer, der ganz nahe bei der vollständigen Erleuchtung ist.

Wie man bis zum tathata kommt

Wenn das *tathata* mit der Leerheit gleichgesetzt wird, ist das der Versuch, die Verbegrifflichung der Leerheit zu unterbinden. Ganz ähnlich bringt die *Mahaprajnaparamita Sastra* den Ausdruck nicht-leer (*asunyata*) ins Spiel. Nicht-leer ist ein anderer Name für *Leerheit* und für *tathata*. Vom Nicht-Leeren handelt Asvaghosa in der *Mahayana Sraddhotpada* auf eine sehr angemessene Weise. Zunächst sagt er ausdrücklich, das *tathata* der Dinge lasse sich nicht mit Worten beschreiben oder durch Begriffe darstellen. Hierauf erläutert er, es gebe indes eine Methode, mit der man bis zum *tathata* vordringen könne; sie bestehe darin, »ihr kunstvoll nachzugehen«. Nach Asvaghosa gehört dazu, daß wir unserer Neigung zum Dualismus ganz entsagen. Wenn wir von etwas sprechen, unterscheiden wir nicht das sprechende Subjekt vom Objekt, über das gesprochen wird. Wenn wir etwas sehen, unterscheiden wir nicht das sehende Subjekt vom Objekt, das gesehen wird. In dem Maß, in dem wir fähig werden, die Unterscheidung hinter uns zu lassen, dringen wir in die Welt des *tathata* vor. Ihr »kunstvoll nachzugehen« bedeutet nach Asvaghosa, daß man sich einen Weg mitten durch alle Worte und Begriffe hindurch bahnt, um bis zur Wirklichkeit zu gelangen.

Man kann Worte und Begriffe auch so verwenden, daß man sich nicht von ihnen in Beschlag nehmen läßt. Ja, Worte und Begriffe können recht nützlich und sogar unentbehrlich sein. Auf der Ebene der Worte und Begriffe lassen sich zwei Formen des *tathata* unterscheiden: die Leerheit und die Nicht-Leerheit. Weil die Leerheit kein bloßer Begriff ist, nennt man sie die *wahre Leerheit*; und weil auch die Nicht-Leerheit kein bloßer Begriff ist, nennt man sie die *wahre Nicht-Leerheit*. Bei all dem geht es darum, gegen den *Begriff der Leerheit* anzukämpfen, der der Hauptfeind der Leerheit ist.

Subjekt und Objekt

Die dualistische Tendenz, zwischen Subjekt und Objekt zu unterscheiden, ist die Ursache aller Irrtümer bezüglich des Wissens und auch der Praxis. Was die Prajnaparamita von Wissen und Methode hält, kommt recht klar im folgenden Abschnitt aus der *Astasahasrika-Prajnaparamita* zum Ausdruck, die als echter Zen-Text gelten kann:

Subhuti: Welche Übung muß ein Bodhisattva machen, um klar zu sehen, daß die Dinge keine eigene Natur haben ?

Buddha: Man muß sehen, daß allen Formen die wahre Natur der Form fehlt und daß allen Sinneswahrnehmungen die wahre Natur der Sinneswahrnehmung fehlt. Das Gleiche gilt für die anderen Sinnesorgane und ihre Objekte.

Subhuti: Wenn allen Dingen ihre wahre Natur fehlt, wie kann der Bodhisattva dann vollkommene Weisheit wahrnehmen ?

Buddha: Beim Wahrnehmen der vollkommenen Weisheit handelt es sich um ein Nicht-Wahrnehmen.

Subhuti: Warum ist dieses Wahrnehmen ein Nicht-Wahrnehmen ?

Buddha: Weil wir weder die Weisheit noch den Bodhisattva, der die Weisheit praktiziert, begrifflich fassen können, genausowenig wie die Wahrnehmung und den, der wahrnimmt und die Methoden der Wahrnehmung oder die Mittel der Wahrnehmung. Die Wahrnehmung der Weisheit ist deshalb ein Nicht-Wahrnehmen. Alles Spekulieren darüber ist nutzlos.

Subhuti: Wenn das so ist, wie kann dann ein Anfänger Weisheit wahrnehmen?

Buddha: Vom ersten Augenblick seines Achthabens an muß der Bodhisattva über die unzugängliche Natur

oder die Nicht-Erlangbarkeit (*anupalambha*) der Dinge meditieren. Während er sich in die sechs *paramitas* einübt, muß der Bodhisattva zu sich selbst sagen, daß es nichts zu erlangen gibt.

Subhuti: Was ist das Erlangen? Was das Nicht-Erlangen ?

Buddha: Wo es noch Objekt und Subjekt gibt, gibt es Erlangen. Wo Objekt und Subjekt zu sein aufgehört haben, gibt es Nicht-Erlangen.

Subhuti: Was ist das Subjekt-Objekt und was das Nicht-Subjekt-Objekt ?

Buddha: Wo es noch die Unterscheidung gibt zwischen Auge und Form, Ohr und Klang, Nase und Geruch, Zunge und Geschmack, Körper und Sinnesempfindung, Denkvermögen und Gedanken; wo es noch die Unterscheidung gibt zwischen der Person, die die Erleuchtung wahrnimmt und der Erleuchtung, die wahrgenommen wird, da gibt es noch das Subjekt-Objekt. Wo es aber keine Unterscheidung mehr gibt zwischen Auge und Form, Ohr und Klang, Nase und Geruch, Zunge und Geschmack, Körper und Sinnesempfindung, Denkvermögen und Gedanken; wo es keine Person mehr gibt, die die Erleuchtung wahrnimmt und keine Erleuchtung mehr, die wahrgenommen wird, da gibt es kein Subjekt-Objekt mehr.

Die drei Tore zur Befreiung

Bekanntlich legt die Ts'ao T'ung-Schule besonderes Gewicht auf die Absichtslosigkeit. Diese Einstellung entspricht ganz dem Geist der *Prajnaparamita*. Der Grundsatz des »Meditierens ohne Objekt« und die Auffassung: »Praxis und Erleuchtung sind ein und dasselbe« beruhen eindeutig auf dem Prinzip der Absichtslosigkeit. Hier ist wich-

tig, zu sehen, daß die Lehre von der Absichtslosigkeit vom frühbuddhistischen Begriff der Ziellosigkeit (*apranihita*) abgeleitet ist. Die Schriften *Digha Nikaya*, *Lalita Vistara*, *Abhidharmakosa Sastra*, *Vibhasa* und *Visudhimagga* sprechen in diesem Zusammenhang alle von den »drei Toren zur Befreiung«.

Diese drei Tore zur Befreiung sind: *Leerheit* (*sunyata*), *Bezeichnungslosigkeit* (*animitta*) und *Ziellosigkeit* (*apranihita*). *Leerheit* bedeutet das Fehlen einer permanenten Identität der Dinge. Mit der *Bezeichnungslosigkeit* ist gemeint, daß man die Dinge nicht in Begriffe faßt. *Ziellosigkeit* ist die Einstellung eines Menschen, der keinerlei Bedürfnis hat, hinter irgend etwas herzurennen, etwas zu erkennen oder zu erlangen. Sie besteht zum Beispiel darin, nicht die Erleuchtung als Gegenstand des Wissens anzustreben. Das Sanskrit-Wort »*apranihita*« bedeutet »nichts vor sich selbst hinstellen«. *Vibhasa*, *Abhidharmakosa Sastra* und *Visudhimagga* neigen dazu, Ziellosigkeit als Nicht-Begehren zu deuten; da die Dinge unbeständig sind, sollte man nicht hinter ihnen herrennen. Aus demselben Grund deuten sie die Bezeichnungslosigkeit als Absage an die falschen Wertaussagen, die die Sinnesorgane über die Dinge machen.

Die drei Tore zur Befreiung werden deshalb von der Mehrheit der frühbuddhistischen Texte mehr im moralischen als im epistemologischen Sinn gedeutet. Im Mahayana-Buddhismus ganz allgemein, und dann ganz besonders im Zen-Buddhismus, wird ein enger innerer Zusammenhang zwischen den drei Toren gesehen. Weil kein Ding eine absolute Identität hat (= *Leerheit*), kann man es nur in nichtbegrifflichem Wissen erfassen (= *Bezeichnungslosigkeit*), wobei jedoch kein Subjekt auf der Suche nach einem Objekt sein kann (= *Ziellosigkeit*). Im wahren Wissen um die Wirklichkeit gibt es keine Unterscheidung mehr zwischen Subjekt und Objekt, Erlangendem und Erlangtem.

Wenn mit der Ziellosigkeit jedoch nur das Aufhören des Begehrens nach unbeständigen Dingen gemeint wäre, könnte es durchaus weiterhin den Wunsch nach Befreiung oder den Wunsch nach der Erleuchtung geben. Das allerdings stünde in radikalem Gegensatz zum Gedanken der Ziellosigkeit in der Prajnaparamita und im Zen. Jacques Gernet spricht in der Einleitung zu seiner Übersetzung der Unterredungen mit Meister Shen Hui¹² davon, die plötzliche Erleuchtung im Zen sei eine Besonderheit des chinesischen Zen-Buddhismus, die es im indischen Buddhismus nicht gebe. Meiner Überzeugung nach stimmt das nicht. Der Begriff der Absichtslosigkeit in der Prajnaparamita bildete die Grundlage für die Lehre von der plötzlichen Erleuchtung. Die bereits zitierten Abschnitte aus der *Prajnaparamita* zeigen das ganz eindeutig.

Die acht Negationen des Nagarjuna

Im zweiten Jahrhundert nach der Zeitenwende systematisierte Nagarjuna das Denken der *Prajnaparamita*. Er stellte die *Mahaprajnaparamita Sastra*, die *Madhyamika Sastra* und die *Dvadasanikaya Sastra* zusammen. Sein Schüler Arya Deva trug mit denselben Grundgedanken die *Sata Sastra* zusammen. Nagarjunas drei Texte wurden später die Grundlage der Mahayana-Schulen Madhyamika in Indien und San Lun in China. Der Gründer der Madhyamika-Schule war Candrakirti, der Gründer der San Lun-Schule Ki Tsang.

Die Methode der Madhyamika besteht darin, deutlich die Leerheit vor Augen zu führen, wie sie in der *Prajnaparamita* dargestellt wird, sowie die Absurdität und Nutzlosigkeit aller Begriffe und Ziele aufzuzeigen. Sie stellt keine

12 veröffentlicht 1949 in Hanoi

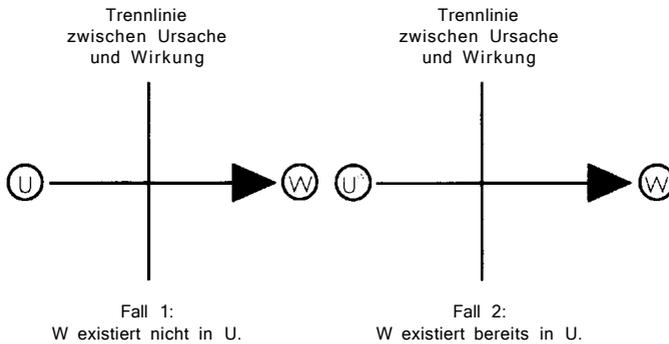
linguistische Philosophie dar und ist nicht lediglich eine Spielerei mit Worten oder eine intellektuelle Übung. Die Madhyamika zielt vielmehr darauf, alle Begriffe ad absurdum zu führen, um das Tor zum nichtbegrifflichen Wissen aufzustoßen. Dabei geht es nicht darum, eine bestimmte Sicht der Wirklichkeit vorzustellen und diese dann in Gegensatz zu anderen Sichten der Wirklichkeit zu bringen. *Alle Sichtweisen* sind nach Auffassung der Madhyamika irrig, weil alle Sichtweisen nicht Wirklichkeit sind. Die Madhyamika wird deshalb nicht als Lehre, sondern als Methode vorgestellt. Dadurch wird sie zur legitimen Erbin des Denkens der *Prajnaparamita*.

In seiner *Madhyamika Sastra* stellt Nagarjuna die folgenden acht Negationen auf:

- Es gibt keine Erzeugung;
- es gibt keine Vernichtung;
- es gibt keine Fortführung;
- es gibt keine Unterbrechung;
- es gibt keine Einheit;
- es gibt keine Vielheit;
- es gibt kein Ankommen;
- es gibt kein Weggehen.

Das stellt die Negation der acht Grundbegriffe dar, mittels derer gewöhnlich die Wirklichkeit betrachtet wird. Weitere davon abgeleitete Begriffe, wie diejenigen von Ursache/ Wirkung, Zeit/Raum, Subjekt/Objekt usw., analysiert Nagarjuna ebenfalls und verwirft sie schließlich als Produkte unterscheidenden Wissens. Wenn man zum Beispiel von Erzeugung spricht, dann spricht man auch von einem erzeugten Objekt; macht man sich indes auf die Suche nach diesem Objekt, so findet man es nicht. Erzeugung ist nicht möglich ohne ein erzeugtes Objekt. Nichts erzeugt sich selbst, sagt Nagarjuna, denn die Erzeugung als solche gibt es gar nicht. Um das zu beweisen, stellt Nagarjuna die

Frage: Nehmen wir an, die Wirkung W wird erzeugt durch die Ursache U; existiert dann bereits die Wirkung W in der Ursache U ?



Geben wir zur Antwort, die Wirkung W existiere nicht bereits in der Ursache U (Fall 1), so argumentiert Nagarjuna, daß in diesem Fall Erzeugung nicht möglich ist. Denn wenn es zwischen U und W keine Beziehung gibt, falls W nicht in U existiert, ist es unmöglich, daß sich W aus U ergeben kann. Ein Küken kann nicht aus einem Tisch geboren werden; ein Küken wird aus einem Ei geboren. Geben wir jedoch zur Antwort, W existiere bereits in der Ursache U (Fall 2), so argumentiert Nagarjuna, daß es einer Erzeugung gar nicht bedarf, weil es nämlich bereits existiert. Beim Verhältnis zwischen Ei und Küken handelt es sich um kein Verhältnis von Ursache und Wirkung; es handelt sich vielmehr um ein Werden, nicht um eine Erzeugung. Auf diese Weise wird der Begriff der Erzeugung ad absurdum geführt. Im Verlauf seiner Analyse führt uns Nagarjuna also vor Augen, daß sich das, was wir für den Gegenstand der Erzeugung und der Vernichtung halten, bei genauem Zusehen als unbeständig, nicht-seiend und leer erweist.

Der Mittlere Weg

Auf dieselbe Weise löst Nagarjuna alle Begriffe auf; dabei achtet er sorgfältig darauf, daß man nicht lediglich einen Begriff durch einen neuen ersetzt. Im Verlauf der Analyse des Begriffs der Erzeugung zum Beispiel kommen die Begriffe »Werden« und »Nicht-Produzieren« ins Spiel. Auch diese beiden Begriffe fallen Nagarjunas Dialektik zum Opfer. Diese zielt darauf, gegen jeden Begriff so vorzugehen, daß sich sein jeweiliger diametral entgegengesetzter Begriff als untauglich erweist. Aus diesem Grund nennt man sie »den Mittleren Weg«. Mit dem Ausdruck »mittlerer« ist keine Synthese zweier gegensätzlicher Begriffe gemeint, wie etwa »Sein« und »Nichtsein«, »Erzeugung« und »Vernichtung«, sondern das Transzendieren aller Gegensätze.

Dieselbe Dialektik kommt auch im Prinzip der *zwei Wahrheiten* zum Ausdruck: der absoluten Wahrheit (*paramartha satya*) und der relativen Wahrheit (*samvritti satya*). In ihrer reinen Form, wie sie ein erleuchteter Mensch vertritt, handelt es sich bei der Dialektik um eine absolute Wahrheit. In Begriffe gefaßt, wird sie zur relativen Wahrheit. Um sie wieder absolut werden zu lassen, bedarf es eines weiteren Schritts; und wenn sie immer noch in Begriffe gefaßt ist, ist noch ein weiterer Schritt notwendig, um sie auf ihre reine, ursprüngliche Form zurückzuführen (vgl. Schema S. 121).

Gemäß den Prinzipien der »drei Tore zur Befreiung« hat die Negation also die Aufgabe, so lange alle Begriffe zu zertümmern, bis der Übende an den Punkt kommt, wo er sich vollständig von aller Unterscheidung löst und in die ununterschiedene Wirklichkeit eindringt. Die Dialektik zielt darauf ab, im Betreffenden eine Krise auszulösen, die ihn völlig umkrepelt, und nicht, eine Wahrheit herauszumeißeln. Sowohl im Zen als auch im Denken der Prajnapara-

mita und der Madhyamika dient die Sprache diesem Ziel, was zeigt, wie eng diese Richtungen miteinander verwandt sind.

Die Zen-Meister verwenden die Dialektik nicht auf genau dieselbe Weise wie Nagarjuna, aber ihre Worte, Taten und Blicke zielen ebenfalls darauf ab, alle Begriffe zu bekämpfen, Krisen herbeizuführen und Bedingungen zu schaffen, die den Übenden bis zu dem Punkt führen, wo sich ihm die klare Schau der Wirklichkeit eröffnet. Würden wir unsere Tage in einem Zen-Kloster damit verbringen, die Texte der Prajnaparamita und der Madhyamika zu studieren, bliebe uns nicht genügend Zeit für die Praxis des Zen. Aber diese Texte stehen auch im Kloster zur Verfügung, und man kann sie jederzeit zu Rate ziehen.

Begriffliche Beschreibung (relative Wahrheit)	Nichtbegriffliche Beschreibung in dialektischer Form (absolute Wahrheit)
Sein	Nichtsein
Sein und Nichtsein	Weder Sein noch Nichtsein
Sein und Nichtsein - weder Sein noch Nichtsein	Weder Nichtsein noch Nicht-Nichtsein
Weder Nichtsein noch Nicht-Nichtsein	Weder »Weder Nichtsein« noch »Weder Nicht-Nichtsein« usw.

Die Vijnanavada-Schule

Die Vijnanavada-Schule, die in beträchtlichem Ausmaß von den Untersuchungen der Sarvastivada-Schule profitiert und zu einem guten Teil deren Erbe angetreten hat, beschäftigt sich genau wie das Prajnaparamita-Denken mit

der Frage des *tathata*, aber unter dem Gesichtspunkt der Phänomenologie. Die grundlegendsten Texte der Vijnanavada-Schule sind die *Sandhinirmocana-Sutra*, die Mitte des zweiten Jahrhunderts aufgetaucht ist, und die *Lankavatara-Sutra*, die Anfang des dritten Jahrhunderts bekannt wurde. Nach Daisetz Teitaro Suzuki handelt es sich bei der *Lankavatara* um keinen echten Vijnanavada-Text, sondern um eine Zen-Schrift. Er begründet seine Auffassung damit, daß dies der einzige Text sei, den Bodhidharma, der Erste Vorfahr des Zen, seinem Schüler Hui Ko überliefert habe; außerdem lege der Text besonderen Wert auf die innere spirituelle Erfahrung des Buddha und auf das Erlangen der Erleuchtung. In Wirklichkeit sprechen allerdings fast alle buddhistischen Texte von dieser spirituellen Erfahrung und vom Erlangen der Erleuchtung. Man kann nicht sagen, die Texte der *Prajnaparamita* seien keine Grundlagentexte des Zen; im Gegenteil: die *Vajracchedika* (Diamantenschneider) und die *Hridaya* (Herz), beides Texte aus der *Prajnaparamita*, gehören zu den bei den Zen-Übenden beliebtesten Texten. Der Umstand, daß Bodhidharma an Hui Ko die *Lankavatara* überliefert hat, erhellt für uns nur eines: die *Lankavatara* war der Lieblingstext des Bodhidharma.

Die *Lankavatara* läßt sich, ganz wie Suzuki sagt, als Grundlagentext des Zen-Buddhismus betrachten, aber gleichzeitig ist es auch der Grundlagentext der Vijnanavada-Schule. Das beweist, daß zwischen Vijnanavada und Zen eine enge Beziehung besteht, genau wie zwischen der *Prajnaparamita* und dem Zen.

Die Klassifizierung der dharmas

Die Vijñānavada teilt die dharmas (Phänomene, Dinge) in fünf Gruppen ein:

1. Phänomene des Geistes (*citta*); deren gibt es 8.
2. Phänomene von Geisteszuständen (*citta sika*); solche gibt es 51.
3. Physikalische und physiologische Phänomene (*rūpa*); deren gibt es 11.
4. Bedingte (relationale) Phänomene (*citta viprayutasam saka*); solche gibt es 24.
5. Unbedingte Phänomene (*asankṛta*); solche gibt es 6.

Insgesamt gibt es also 100 *dharmas*. Die letzte Kategorie teilt die als »unbedingte Phänomene« bezeichneten in die folgenden unterschiedlichen Gruppen ein: (1) unbedingter Raum, d.h. der Raum, der weder erschaffen noch durch irgendwelche Umstände vernichtet wird; (2) das durch Erleuchtung erworbene Unbedingte; (3) die Natur des Unbedingten, welche nichts mit der Erleuchtung zu tun hat; (4) jenes Unbedingte, welches Freiheit von aller Wonne und allem Schmerz darstellt; (5) das Unbedingte, das im Aufhören allen Denkens und Empfindens besteht; (6) das Unbedingte des *tathata*.

Zu beachten ist an dieser Stelle, daß das *tathata* ebenfalls als ein *dharma* betrachtet wird. Wenn man »alles, was sich begrifflich fassen läßt«, als *dharma* bezeichnet, wie kann man dann auch das *tathata*, das An-sich-Sein, das alle Begriffe übersteigt, als *dharma* betrachten? Die Vijñānavada gibt darauf die Antwort: »Das *tathata* und alle anderen *dharmas* können nicht in Begriffe gefaßt werden. Man stellt sie als solche nur kraft einer Übereinkunft und aus Zweckmäßigkeit dar.«

Die Trimsika Vijñaptimatratā von Vasubandhu fängt mit folgender Aussage über diese Vorstellungen an:

Der Grund dafür, daß es so viele unterschiedliche Manifestationen gibt, liegt darin, daß man die Existenz bleibender Identitäten unterstellt, sowie die Existenz von dharmas, die eine solche bleibende Identität haben. Alle diese Vorstellungen kommen aus dem bewußten Wissen (vijñana).

Das bewußte Wissen

Wenn man sich also darauf einläßt, von einhundert in fünf Gruppen unterteilten *dharmas* zu sprechen, so setzt man stillschweigend voraus, daß es *dharmas* tatsächlich gibt. Die Annahme dieser Voraussetzung dient als Hilfsmittel, um überhaupt in die Erläuterung der Vijnanavada-Lehre einsteigen zu können. Schon das macht den Unterschied zwischen der Methode der Vijnanavada und derjenigen der Sarvastivada deutlich. Nach der Vijnanavada wird alles Empfinden, Wahrnehmen, Denken oder Wissen vom Vorrats-Bewußtsein, *alayavijnana* genannt, hervorgebracht. Seiner begrifflich nicht gefaßten Natur nach ist *alayavijnana* das *tathata* oder »die Weisheit des großen und vollkommenen Spiegels.«

In allen acht Arten bewußten Wissens gibt es *vijnanas*; sie werden in drei Kategorien eingeteilt:

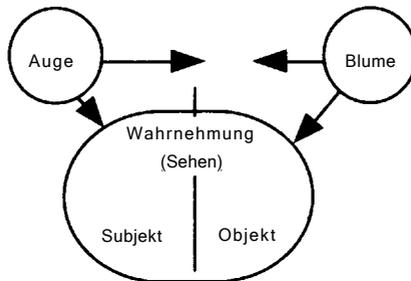
1. Die *vijnana* des Wissens über Objekte (*vijnaptirvisaya*), welche aus dem Sehen, Berühren, Hören, Schmecken und Riechen besteht, sowie aus der *manovi-jnana*, dem Zentrum aller Empfindungen, Wahrnehmungen und Gedanken.
2. Die *vijnana* der Gedankentätigkeit (*manas*); bei ihr handelt es sich um jene Instanz, die zwischen Selbst und Nicht-Selbst unterscheidet und Reflexionen hervorbringt.

3. Die *vijñana* der Grundlage (*alaya*), also das, was allen Äußerungen des Wissens und allen Subjekten und Objekten zugrundeliegt.

Die *Mahayana Sraddhotpada Sastra* sagt über die *alaya*:

Wahrer Geist (letzte Wirklichkeit) kann von zwei Seiten her gesehen werden» von der Seite von Geburt/ Tod her (d. h. als Phänomen) und von der Seite der wahren Natur her (d. h. als *tathata*). Die Phänomene entstammen dem »*tathata*«; sie sind aber weder eine Kopie des »*tathata*« noch sind sie von ihm verschieden; »*alaya*« bezeichnet das Vorhandensein und Offenbarwerden aller *dharmas*, d.h. des »*tathata*«.

Alle *vijñanas*, alle Empfindungen, Wahrnehmungen und Gedanken enthalten in sich gleichzeitig ihr Erkenntnissubjekt und ihr Erkenntnisobjekt. Wenn vor dem Auge eine Blume steht, kann man sagen, das Auge und die Blume seien *dharmas*, die separat voneinander existieren können; sobald jedoch das »Sehen« einsetzt, existieren im Akt des Wahrnehmens das Subjekt und das Objekt des Sehens gleichzeitig. Nicht die Blume an sich ist das Objekt, das man dabei sieht, sondern das Objekt des Sehens befindet sich im Sehen selbst und kann nicht unabhängig vom Subjekt dieser Wahrnehmung existieren.



Dieses Schema zeigt, daß in dem Augenblick, in dem die Wahrnehmung stattfindet, der erste Schritt bereits getan ist, nämlich die Herstellung des Kontakts zwischen physiologischem Phänomen (Auge) und physikalischem Phänomen (Blume); man befindet sich bereits im zweiten Schritt, nämlich im Wahrnehmen (man sieht). Das macht einen weiteren Unterschied zwischen dem phänomenologischen Stil der Vijñānavada und der Neigung der Sarvastivāda zum pluralistischen Realismus deutlich. Gibt das wahrgenommene *Bild der Blume* ganz getreu die *in der Wirklichkeit vorhandene Blume* wieder? Das ist eine wichtige Frage. Eine weitere Frage, die die Vijñānavada stellt, ist diejenige nach dem Verhältnis zwischen der Wirklichkeit der Blume und der Wahrnehmung, die sie weckt.

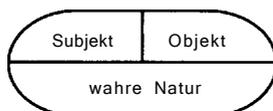
Der erste Punkt macht deutlich, daß alles, was wir wahrnehmen und in Begriffe fassen, aus dem Bereich der *vijñāna* stammt, d.h.: Das sind alles Inhalte unseres bewußten Wissens. Die *vijñānas* bieten uns lediglich die Gegenstände unseres Wissens (und nicht die Dinge an sich, in ihrem So-sein). Man kann sich folglich fragen, ob die physiologischen und physikalischen Bedingungen, unter denen die *vijñānas* erzeugt werden, überhaupt wirklich vorhanden sind. Die Vijñānavada sagt uns, daß sie tatsächlich vorhanden sind, und zwar als Objekt der *alaya*; man kann sie »die Welt der Wirklichkeit an sich« nennen. Aufgabe der *alaya* ist es, alle *dharmas* im Dasein zu erhalten und sie aufscheinen zu lassen. Die *alaya* wird auch definiert als *sarvabijaka* (alle Samen). Im Wort »*alaya*« steckt die Bedeutung von »erhalten« und »aufrechterhalten«. Die *alaya* wird zwar als *vijñāna* betrachtet, aber sie hat nicht die gleiche Funktionsweise wie die *manovijñāna* oder die *manas*, die der Unterscheidung von Subjekt und Objekt, Selbst und Nicht-Selbst dienen.

Im Fall der reinen Wahrnehmung, bei der die Unterscheidung zwischen Subjekt und Objekt hinfällig ist,

kommt die »Welt des Wirklichen an sich« zum Vorschein. Diese Welt des Wirklichen an sich ist *tathata*, die wahre Natur der *alaya*. Werden die *vijnanas* aus der Unterscheidung zwischen Subjekt und Objekt herausgehoben, so werden sie zur Weisheit (*jnanas*) und vollkommenen Offenbarung der Wirklichkeit an sich.

Die Methode der Vijnanavada

Jede *vijnana* setzt sich aus drei Elementen zusammen: Subjekt (*darsanabhaga*), Objekt (*nimittabhaga*) und wahrer Natur (*svsamvittibhaga*).



Jede Empfindung, jede Wahrnehmung und jeder Gedanke enthalten diese drei Elemente. Wenn die Vijnanavada hier von drei Elementen spricht, zeigt das, daß es ihr dabei um den ontologischen Aspekt geht. Mit dem, was sie als »wahre Natur« bezeichnet, meint sie den Grund der Wirklichkeit, das Wesen der *vijnana* und des *tathata*. Die beiden ersten Elemente sind lediglich Manifestationen des *tathata*. So wie jeder Wassertropfen im Meer salzig ist, so ist jedes dharma eine Manifestation des *tathata*. Will man die Wirklichkeit sehen, so kann man das nicht dadurch zuwege bringen, daß man sich auf die Dinge fixiert, sondern man muß in ihre wahre Natur hineinschauen.

Welche Methode schlägt nun die Vijnanavada dafür vor? Zunächst einmal muß man sich darüber im klaren sein, wie wichtig die Nicht-Dualität ist. Alle Dinge hängen in ihrem Entstehen gegenseitig voneinander ab; sie besitzen

keine ganz eigenständige, wirkliche Identität. Das bezeichnet man als die *wechselseitige Abhängigkeit (paratantra)* aller Dinge. Alles Wissen, das nicht auf dem Prinzip der *paratantra* beruht, ist unzutreffend. Es gibt nicht die Wirklichkeit wieder, wie sie ist. Mehr noch: Es wird zum Träger von Illusionen und Phantasievorstellungen, die man als *vikalpa* bezeichnet. Die *vikalpa* zerstückelt die Wirklichkeit in lauter Einzelteile und schreibt jedem dieser Teile eine eigene, abgetrennte Identität zu. Die *vikalpa* trifft Unterscheidungen. Wird die *vikalpa* ausgemerzt, so wird das Wissen rein und ist imstande, das *tathata* zu offenbaren. Dann kommen die Dinge in ihrem So- und Ansichsein zum Vorschein. Sie enthüllen ihre Natur als *nispanna* (vollkommene Wirklichkeit) . Das ganz reine Wissen wird als Weisheit (*jnana*) bezeichnet.

Tatsächlich handelt es sich bei *vikalpa*, *paratantra* und *nispanna* jeweils um bestimmte Grade des Wissens. Ist das Wissen *vikalpa*, dann ist auch der Gegenstand dieses Wissens *vikalpa*. Wird das Wissen durch die *paratantra* erleuchtet, so offenbart sich der Gegenstand des Wissens in seiner *paratantra*-Natur. Ist das Wissen absolut rein, so ist der Gegenstand des Wissens *nispanna*. So sehen wir wiederum, daß das Subjekt und das Objekt des Wissens eins sind.

Nachdem die Vijnanavada diese drei Naturen (*tri-svabhavas*), die die *dharmas* haben können, erörtert hat, sagt sie uns, daß es diese drei Naturen gar nicht wirklich gibt. Nehmen wir zum Beispiel die *vikalpa*-Natur der Dinge (also ihren illusorischen, phantasiehaften Charakter). Diese Natur ist nur eine Art von illusorischem Schleier, durch den hindurch man die Dinge sieht. Das Gleiche gilt für die *paratantra*- und die *nispanna*-Natur. Da die Dinge über keine echte Identität verfügen, können sie auch keinerlei »Natur« haben.

Aus diesem Grund stellt die Vijnanavada das Prinzip der drei Nicht-Naturen (*tri-nisvabhavatas*) auf, um damit das

Prinzip der drei Naturen wieder radikal in Frage zu stellen, welches sie zunächst zu dem Zweck entwickelt hatte, die Menschen auf dem Weg der Läuterung ihres Wissens voranzubringen. Diese Methode erinnert an diejenige der Madhyamika, die Begriffe dazu verwendet, Begriffe zu zertrümmern. Gleichzeitig zeigt uns das, wie die Vijnanavada eng mit der Methode des Zen zusammenhängt. Nach der Vijnanavada läßt sich die absolute Wirklichkeit nicht mit Hilfe der drei Naturen oder der drei Nicht-Naturen beschreiben, und auch nicht mittels irgendeines anderen Begriffs. Der Grund dafür ist, daß sie *tathata* ist, die absolute Wahrheit der *dharmas* (*dharmanam paramarthas*), jene absolute Wahrheit, die sich nur durch Erleuchtung offenbart.

Genau wie die Prajnaparamita und das Zen betont auch die Vijnanavada, wie wichtig für den Prozeß der Läuterung des Wissens das Nicht-Erlangen sei. Vasabandhu sagt in seiner Trimsika:

Solange die *vijnana* nicht dazu bereit ist, ihre Vorstellung einer dualistischen Natur abzulegen, gibt es unausrottbar immer noch das Unterscheiden zwischen Subjekt und Objekt.

Wenn der Übende sich etwas vor Augen führt, was er für die wahre Natur der *vijnana* (*vijnaptimatra-svabhava*) hält, weilt er immer noch nicht im Herzen der wahren Natur der *vijnana*, denn er unterscheidet dabei immer noch zwischen Subjekt und Objekt.

Hat er es mit einem Gegenstand des Wissens zu tun und betrachtet diesen nicht als Gegenstand seiner eigenen Wahrnehmung, so beginnt der Übende in Frieden mit der wahren Natur der *vijnana* zu leben, denn er hat dann die dualistische Unterscheidung zu etwas Immanentem werden lassen.

Diese Wirklichkeit, die man sich weder vorstellen noch erwerben kann, ist die transzendente Weisheit.

Die Grundlage: alaya

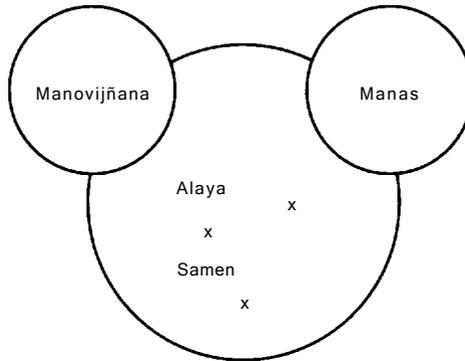
Die wahre Natur der *vijnana*, von der Vasubandhu spricht, ist nichts anderes als *tathata*, die »erleuchtende Natur des Wissens«. Im Zustand der Erleuchtung werden die fünf *vijnanas* der Wahrnehmung zur »Weisheit der Wunderkräfte«; *manovijnana* wird zur »Weisheit wunderbarer Innenschau« ; *manas* werden zur »Weisheit der nicht-unterscheidenden Natur«, und *alaya* wird zur »Weisheit des großen und vollkommenen Spiegels«.

Der Zen-Buddhismus treibt die Analyse und Erörterung nicht so weit vor wie die Vijnanavada, aber er bringt deren Geist sehr konzentriert auf den Punkt. Dabei kann der Begriff der *alaya* recht viel Licht auf den Mechanismus der Erleuchtung im Zen werfen. *Alaya* ist der Wurzelgrund des Lebens und der Psyche, während die *manovijnana* und die *manas* nur reflektierende Elemente, Ideen und Begriffe sind. Phänomenologisch gesehen, ist *alaya* der Urgrund von Sein und Nichtsein. Sie wahrt und nährt die Energien und Wesenheiten, die sich in den *dharma*s manifestieren.

Diese Energien und Wesenheiten werden als Samen (*bijas*) bezeichnet. *Manas* und *manovijnana* manifestieren sich aufgrund der *alaya*. Die Wurzeln, die aus ihren Irrtümern erwachsen, werden in *alaya* hineingeworfen und *anusaya* genannt.

Wer sich in der Meditation über *paratantra* (die Natur wechselseitiger Abhängigkeit aller Dinge) übt, bewirkt Veränderungen im Herzen der *alaya*, und diese Veränderungen verwandeln und neutralisieren die *anusaya*-Wurzeln. Die Erleuchtung ist die Frucht dieser Umwandlung, welche *asrayaparavrtti* genannt wird. Nach Huian Tsang bedeutet *asrayaparavrtti* »Umwandlung« (*paravrtti*) und »Beistand« (*asraya*). Umwandeln ist etwas anderes als zerstören. Hierzu hilft die *paratantra*. Indem man sich an das Prinzip der *paratantra* hält, wandelt man die Samen und

Wurzeln des Nichtwissens in Samen und Wurzeln der Erleuchtung um. Diese Umwandlung kommt nicht nur in *manas* und *manovijnana* zustande, sondern im Kern der *alaya* selbst. Wenn die *alaya* erleuchtet ist, sind auch *manas* und *manovijnana* erleuchtet.



Für den erleuchteten Menschen sind Blumen und Gras, Berge und Flüsse nicht länger bloße *vikalpa*-Bilder, sondern er nimmt sie als jene Wirklichkeit wahr, die sie in der »Weisheit der wunderbaren Innenschau« annehmen. Der Ausdruck »Weisheit der nicht-unterscheidenden Natur« deutet auf die Fähigkeit des Erleuchteten hin, bis zum Herzen der Wirklichkeit selbst vorzustößen, ohne von Dualität gelähmt zu sein.

Um zur Erleuchtung zu gelangen, genügt es nicht, sich nur auf der Ebene der *manovijnana* zu wandeln. Zunächst muß im innersten Kern der *alaya* eine echte Umwandlung stattfinden, da *alaya* ja der Urgrund der *manovijnana* ist. Zudem offenbart sich die Wirklichkeit selbst nicht in der *manovijnana*, weil diese immer noch dem Dualismus verhaftet bleibt. Aus diesem Grund muß die *alaya* selbst aktiviert werden, um die Samen (*bijas*) der *beiden Anhänglichkeiten*

(an die Irrtümer bezüglich Selbst/Nicht-Selbst und Subjekt/Objekt) zu transformieren. Jeder Augenblick, in dem die *manovijnana* von *paratantra* und *nispanna* erleuchtet wird, ist ein Augenblick der Achtsamkeit, ein Augenblick des Zen, in dem die *vikalpa*-Bilder schwinden.

Der Vorgang der Erleuchtung

Lesen wir den folgenden wichtigen Abschnitt aus der *Lankavatara-Sutra*, um klar und deutlich den Vorgang der Erleuchtung in Zen und Vijnanavada zu verstehen:

Mahamati, die fünf Arten von *dharmas* sind: Vorstellungen (*nimitta*), Namen (*nama*), Unterscheidung (*vikalpa*), Sosein (*tathata*) und wahre Weisheit (*samyajnana*).

Alle Formen, Farben, Bilder usw. werden Vorstellungen genannt (*nimitta*).

Aus diesen Vorstellungen formt man Prinzipien, wie zum Beispiel die logischen Sätze »A ist immer gleich A«, »B ist nicht gleich A« usw. Diese Prinzipien nennt man »Namen«. Das »Bewußtseins-Wissen« und seine Funktionen, die zu diesen Prinzipien führen, nennt man Unterscheidung (*vikalpa*).

Bei den gerade genannten Vorstellungen und Prinzipien handelt es sich nicht um wirkliche Gegenstände, die man sich erwerben könnte; sie sind ein reines Produkt der Unterscheidung, also des zergliedernden und schlußfolgernden Denkens. Die wahre Natur der Dinge, die zutage tritt, wenn sie von dieser Unterscheidung befreit werden, wird Sosein (*tathata*) genannt.

Mahamati, dies sind die Wesenszüge des Soseins: Wirklichkeit, Exaktheit, Endgültigkeit, wahre Natur, Grundlage und Nicht-Erlangen.

Die Buddhas und ich selbst haben das Sosein verwirklicht und ausgeprägt.

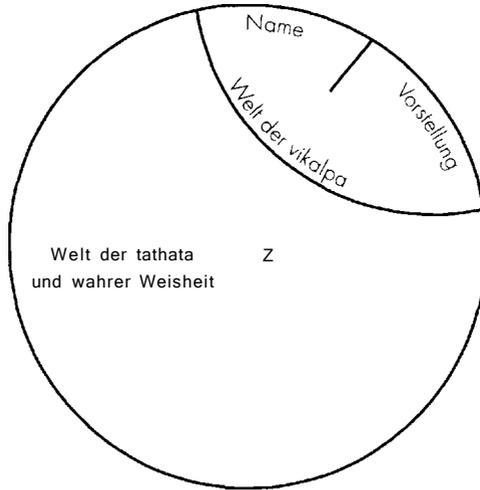
Alle jene, welche fähig sind, aus diesen Erläuterungen für sich Nutzen zu ziehen, um bis zum Sosein vorzudringen, können die Prinzipien der Kontinuität und Diskontinuität hinter sich lassen, das unterscheidende Vorstellungsvermögen abschütteln und die spirituelle Erfahrung der Selbst-Verwirklichung erlangen, eine Erfahrung, die den Philosophen, Sravakas und Pratyekabuddhas unbekannt ist. Das nennt man die wahre Weisheit (*samyajnana*).

Mahamati, die fünf Arten von *dharmas*, die ich dir gerade dargelegt habe, enthalten die wesentliche Lehre von den drei Naturen, den acht *vijnanas* und den zwei Stufen der *nairatmyas* (der unwahren Identität).

Mahamati, du mußt deine Fähigkeit, diese *dharmas* wahrzunehmen, nutzen. Hast du sie einmal wahrgenommen, ist dein Geist gestärkt; nichts kann dich dann mehr verwirren.

Um das Gesagte zu veranschaulichen, können wir einen Kreis mit einem *Z* im Zentrum verwenden (vgl. Abb. S. 134). Der vollkommen runde Kreis stellt die Wirklichkeit des *tathata* dar, die sich nur der nicht-unterscheidenden und nicht-dualistischen Weisheit enthüllt. Im unerleuchteten Zustand hingegen ist das, was wir für die wirkliche Welt halten, nur die Welt der Unterscheidung (*vikalpa*), die sich als Abklatsch des *tathata* zeigt. In dieser Welt der Unterscheidung gibt es Subjekt und Objekt, Vorstellung und Namen. Mit Hilfe von »kunstvollen Mitteln« können wir durch sie hindurch bis zur Welt des *tathata* und der wahren Weisheit vorstoßen. Das hat nicht etwa zur Folge, daß die Welt der Phänomene verschwände. Was verschwindet, ist die unterscheidende Phantasievorstellung. Die Welt der Phänomene wird in wahrer Weisheit enthüllt,

ohne von der *vikalpa* verschleiert zu sein. *Die Welt der Phänomene ist genauso eins mit der Welt der tathata, wie die Wellen mit dem Wasser eins sind und nicht von diesem getrennt werden können.*



Jetzt wird der aus der Lankavatara zitierte Abschnitt klarer. Die gerade gebrauchte Formulierung, man solle mit Hilfe von »kunstvollen Mitteln« bis zur Welt des *tathata* vorstoßen, erinnert uns an die *Sraddhotpada Sastra*, in der Asvaghosa von den Anstrengungen spricht, Worte und Begriffe so klug zu gebrauchen, daß man zur Weisheit vorstößt. Die Sprache des im Buddhismus Erleuchteten zielt darauf, den Weg zur Wahrnehmung des *tathata* zu bahnen.

Diese Sprache, die ihre Quellgründe in der Weisheit jenseits aller Worte und Begriffe hat, muß sich jedoch irgendwelcher Worte und Begriffe bedienen. Wenn man mittels des Gebrauchs der Sprache mit ihren Worten und Begriffen bis zur absoluten Wirklichkeit gelangt, praktiziert man das,

was die *Lankavatara* das »Vordringen mit Hilfe kunstvoller Mittel« nennt.

Obwohl das Zen erklärt, es gründe nicht auf Worte und Begriffe, nimmt es in Wirklichkeit auf seine ganz eigene Weise Worte und Begriffe in Dienst, um auf jene Wirklichkeit hinzuweisen, die alle Worte und Begriffe übersteigt. Ob der Meister Erfolg hat oder versagt, hängt davon ab, ob sein Schüler fähig ist, mit Hilfe »kunstvoller Mittel vorzudringen«, wenn er diesem mit seinem Stock die Richtung weist. Bleibt der Schüler an den Worten des Meisters in der Art der *vikalpa* kleben, wird es bei ihm nie zur Erleuchtung kommen. Die Zen-Meister ermutigen ihre Schüler nicht unbedingt dazu, ihre Zeit mit dem Studium der Madhyamika und der Vijnanavada zu verbringen — und das nicht deshalb, weil darin etwas zum Zen im Widerspruch Stehendes stünde; im Gegenteil: Alles das kann durchaus vieles Hilfreiche zu der Entwicklung beisteuern, um die es im Zen geht. *Aber das Zen besteht ganz wesentlich nicht im Studium des Zen, sondern das Zen ist Leben.* Das Zen ist direkter Kontakt mit der Wirklichkeit. Die Lehren der Madhyamika und der Vijnanavada können vieles erklären, aber sie bringen den Übenden nicht in direkten Kontakt mit der lebendigen Wirklichkeit. Das Zen kann man nur leben und erfahren. Oder, wie Meister Tue Trung Thuong Si sagte: »Dieses wunderbare Stück muß man spielen.« Was nützt es, über ein musikalisches Meisterwerk zu reden ? Was zählt, ist, daß man es aufführt.

Die Erneuerung der Menschheit

Das Mönchsleben

Im Zen ist das Mönchsleben straff organisiert. Die Tradition ist noch die gleiche wie im achten Jahrhundert, als Meister Po Chang die nach ihm benannten Mönchsregeln aufstellte. Das Kloster, in dem er lebte, lag auf dem Berg Ta Hiong in Hong Chou in der Provinz Kiang Hi. Später wurde der Berg nach ihm in Po Chang umbenannt.

Po Changs Regeln stellen eine Synthese aus dem Geist der Frühbuddhisten und den Disziplinen des Mahavana-Buddhismus dar. Zu seiner Zeit begann sich die Mönchstradition der Zen-Schulen von der Mönchstradition der Vinaya-Schule zu unterscheiden und schließlich ganz von ihr zu lösen.

Jedes Kloster ist der Leitung eines Oberen unterstellt, des *vien chu* oder *giam vien*. Der Mönch, der die Rolle des Verwaltungsleiters ausübt, wird *tri su* genannt, und er ist für das Kloster in organisatorischer Hinsicht verantwortlich. Dem *tri vien*-Mönch sind der Garten und die Felder anvertraut, der *thu kho* besorgt die Küche, der *tri tang* ist für die Bibliothek zuständig, der *tri dien* und der *huang dang* betreuen das Heiligtum. Der *tri khach* kümmert sich um die Gäste, Mönche und Laien; der *duy na* ist für die Rezitations-Versammlungen und Zeremonien verantwortlich; der *tri chung* schließlich ist für die Probleme zuständig, die sich im Miteinander der Mitglieder der Mönchsgemeinschaft ergeben. Es gibt Arbeiten, zu denen reihum alle herangezogen werden; die Mönche, die am betreffenden Tag für eine davon verantwortlich sind, werden *tri nhat* genannt. Die Jungen und die Novizen (*sramanera*) verstehen die Aufgabe der *thigia* (Leibdiener), um den höherrangigen Mönchen in ihrem Alltagsleben beizustehen und von ihnen zu lernen, wie man das Mönchsleben führt.

Zweimal im Monat versammeln sich alle Mönche in der Buddha-Halle zur *bo tat*-Zeremonie; das ist eine Unterweisung in der Beobachtung der *bhikshu*-Regeln, von denen es zweihundertfünfzig gibt, sowie in den achtundfünfzig Bodhisattva-Regeln. Die Novizen nehmen an der Rezitation dieser Regeln nicht teil. Sie haben ihre eigenen Noviziatsregeln, von denen es zehn gibt, dazu ihr eigenes Handbuch mit Verhaltensvorschriften, das sie in einem anderen Raum des Klosters gemeinsam rezitieren. Auch die sechs Grundsätze des harmonischen Zusammenlebens, bekannt als die »Sechs Harmonien«, werden rezitiert»

1. Unter den gleichen Bedingungen zusammenleben.
2. Dieselben Regeln befolgen.
3. Beim Reden sorgfältig sein, um Streit zu vermeiden.
4. Alle Güter miteinander teilen.
5. Unterschiedliche Ansichten miteinander austauschen.
6. Die Meinungen zur Harmonie bringen, um in der Gemeinschaft ein Klima zu schaffen, in dem sich alle wohlfühlen.

Mönche stehen beim Erschallen der *bao chung*-Glocke morgens um vier Uhr auf. Sie haben fünfzehn Minuten Zeit, um sich zu waschen und anzukleiden und ihre Betten zu machen. Dann versammeln sie sich in der Meditationshalle und praktizieren die Sitzmeditation.

Ein Mönch steht neben der *bao chung*-Glocke und singt den Meditationsgesang, wobei er sich mit dem Klang der Glocke begleitet. Es handelt sich um einen Eröffnungsgesang»

Die fünfte Abteilung der Nacht hat schon begonnen, und die Tür zur Wirklichkeit steht offen. Ich wünschte, die gesamte Welt wäre auf dem Pfad der Weisheit, jeder Mensch dränge tiefen in die Lehren der drei Fahr-

zeuge und nähme die Harmonie der zwei Wahrheiten wahr, und die Sonne der großen Wahrnehmung ginge auf und zerstreute alle Wolken der Finsternis.

Während dieser Zeit der Meditation (*toa thien*) wird die große Glocke regelmäßig und langsam geläutet. Nach dem *toa thien* versammelt sich alles in der Buddha-Halle zum Rezitieren der Sutra.

Das Frühstück besteht gewöhnlich aus einer Schale Reis, in den gelegentlich Bohnen gemischt sind. Er wird mit eingelegtem Gemüse und Sojasoße gegessen. Während des Essens wird Schweigen gehalten. Ist die Mahlzeit beendet, wird die Prajnaparamita Hridaya-Sutra rezitiert.

Nach dem Frühstück geht jeder Mönch an die ihm zugeteilte Arbeit. Man erledigt die Haushaltsarbeiten und putzt den Boden des Heiligtums; manche Mönche arbeiten im Garten oder auf den Feldern, tragen Wasser oder beschaffen Feuerholz.

Um 11.30 Uhr ist eine kurze Ruhepause. Um zwölf Uhr gibt es das Mittagessen, welches die Hauptmahlzeit darstellt. Sobald die Aufforderung gegeben wird, die *bao chung*-Glocke zu schlagen, wäscht sich jeder Mönch und kleidet sich im *ao trang* um, worauf alles in Prozession zur Speisehalle schreitet und sich jeder aufrecht auf seinen Platz vor seine Eßschale setzt. Die Mahlzeit spielt sich nach einem festen Zeremoniell ab; Körper und Geist sind auf den Inhalt der Mahlzeit konzentriert. Am Nachmittag ist von 14.30 Uhr bis 17.30 Uhr eine zweite Arbeitsphase. Das Abendessen, sofern es ein solches gibt, besteht aus Reissuppe und den Resten der Mittagmahlzeit.

Um 19 Uhr beginnt die einstündige Sutren-Rezitation. Ab 20 Uhr ist Zeit zum Studium und zum Praktizieren der Sitzmeditation. Das Schlafengehen folgt auf eine letzte Meditationszeit. Jeder, der will, kann sein Meditieren beliebig lang in die Nacht hinein fortsetzen.

Die Einkehrzeiten

Jedes Jahr wird zwischen dem vierten und der Mitte des siebten Mondmonats die *ket ha*-Zeit gehalten. Während dieser Zeit verläßt man das Kloster nicht und praktiziert intensiv *toa thien*. Die Mönche, die allein in weit entfernten Pagoden leben, kehren in ihre Klöster zurück, um an der *ket ha*-Zeit teilzunehmen. Es handelt sich dabei um eine Zeit konzentrierten Studierens und Übens.

Manchmal werden auch *ket dong*-Zeiten, die ebenfalls drei Monate dauern, gehalten, und zwar im Winter. Das bietet allen, die während der Sommer-*ket ha* unmöglich ihre Pagode oder ihre Gemeinschaft verlassen können, die Gelegenheit, am *ket dong* teilzunehmen.

Neben der gemeinschaftlichen Meditationshalle, die gelegentlich mehrere hundert Mönche fassen kann, gibt es kleine Zen-Hütten für einzelne, die man *that* oder *coq* nennt. In Vietnam, vor allem im südlichen Landesteil, findet man sehr viele solcher kleinen Zen-Hütten. Das Klima im Süden ist warm, und folglich reicht als Schutz eine kleine Hütte, die aus Bambus und Kokos-Palmblättern konstruiert ist. Wer Zen übt, kann in seiner *coq* drei Jahre bleiben, oder ein Jahr oder drei Monate, je nach Bedarf. Während dieser Zeit wird ihm ein Novize als Hilfskraft zugeteilt.

Den Zeitraum, in dem ein Zen-Mönch allein in seiner *coq* (*nhap that*) leben will, verbringt er konsequent in absoluter Abgeschiedenheit. Der Mönch verläßt die allernächste Umgebung der *coq* nicht. In dieser Zeit unterhält der Novize, der ihm dient, die Verbindung zwischen Kloster und *coq*; er besorgt Wasser, Reis, Gemüse, Obst usw. Der zurückgezogene Mönch kocht eventuell selbst. In seiner *coq* gibt es nur ein Bett (das gleichzeitig als Meditationssitz dient), einen Tisch, eine Lampe, ein Handtuch, eine Zahnbürste und einige Sutren. Während seines Alleinseins

spricht der Mönch äußerst selten oder gar nicht. Sein Diener muß sehr umsichtig sein; er muß wissen, was sein Meister braucht und muß ihm das Leben so angenehm wie möglich machen. In dieser Zeit der Sorge für seinen Meister, der sich in die Einsamkeit zurückgezogen hat, kann der Novize schweigend viele Dinge lernen.

Die Zeiten des *ket ha*, *ket dong* und *nhap that* werden weithin der Praxis des *toa thien* gewidmet. Der Übende sitzt auf seinem Meditationskissen in der Lotushaltung, wobei sein rechter Fuß auf dem linken Oberschenkel und sein linker Fuß auf dem rechten Oberschenkel ruht. Er hält den Kopf gerade und die Wirbelsäule aufrecht, blickt mit den Augen zu Boden und läßt die linke Hand in der rechten ruhen. Die Lotushaltung ist eine sehr stabile und energie-fördernde Haltung. Falls sie für den Anfänger sehr schmerzhaft ist, kann er mit der halben Lotushaltung anfangen, wobei er nur seinen rechten Fuß auf den linken Oberschenkel legt, oder umgekehrt seinen linken Fuß auf den rechten Oberschenkel.

Hat er mehrere Stunden reglos in der Lotushaltung verharrt, kann der Übende eventuell aufstehen und im *kinh hanh* umhergehen; das ist ein ganz langsames Schreiten in der Meditationshalle oder um die *coq* herum. Wird die *toa thien* gemeinsam praktiziert, so bestimmt man schon vorher die Zeit für das *kinh hanh*. Man schreitet im Gänsemarsch, sehr langsam, schweigend und mit gesenkten Augen mehrmals im Uhrzeigersinn im Kreis in der Meditationshalle umher. Beim Gehen übt man äußerste Achtsamkeit; während man mit dem linken Fuß einen Schritt setzt, atmet man ein, und beim Schritt mit dem rechten Fuß atmet man aus. Der Wechsel zwischen *toa thien* und *kinh hanh* gewährleistet eine gute Durchblutung und lindert den Schmerz in den Beinen.

Die Achtsamkeit wird jedoch nicht nur während des *toa thien* und *kinh hanh* geübt. Es kommt darauf an, immer und

überall in dieser Haltung der Achtsamkeit zu verharren, selbst wenn man im Garten arbeitet, Kleider wäscht oder Geschirr spült. Viele Zen-Meister sind während der Verrichtung ihrer Alltagsgeschäfte zur Erleuchtung gelangt. Es ist ganz wesentlich, daß der Zen-Übende die Fähigkeit entwickelt, jeden Augenblick des Tages achtsam zu leben. *Es gibt keine Erleuchtung außerhalb des Alltagslebens.*

Die Aussprache

Von Zeit zu Zeit sind Aussprachen vorgesehen, bei denen der Schüler Gelegenheit hat, sich mit seinem Lehrer auszutauschen. Er schildert diesem seine Erfahrungen, Schwierigkeiten und Zweifel. Vielleicht legt er auch dar, wie er das Zen versteht, um dann weitere Belehrung zu erhalten. Diese Aussprachen werden als *tham thien* (auf Japanisch: *sanzen*) bezeichnet. Gelegentlich können dabei die Fragen und Antworten sehr energisch artikuliert werden. Der Schüler hat die Möglichkeit, sich vorzustellen und seinen individuellen Fall vorzutragen. Begegnungen dieser Art, aber auch spontane Begegnungen zwischen dem Meister und einer Gruppe Mönche auf dem Flur oder irgendwo im Garten, nennt man *tieu tham* oder kleine Aussprachen. Die Begegnungen, welche zu vereinbarten Zeiten stattfinden und an denen die gesamte Versammlung teilnimmt, werden als *dai tham* oder große Aussprachen bezeichnet.

Das Hin und Her von Fragen und Antworten bei solchen großen Aussprachen wirkt oft wie ein schreckliches Gestreite. Ein Mönch präsentiert sich dem Meister vor der versammelten Gemeinschaft und setzt sich einer strengen Prüfling aus. Der Meister stellt Fragen, gelegentlich schreit er den Kandidaten an oder versetzt ihm Schläge, um ihn gründlich auf die Probe zu stellen. Jedermann ist Zeuge der Szene, und zwar in einem Zustand der Gespanntheit, der zu

großer Achtsamkeit führt. Von Mönchen, die sich freiwillig für diese öffentliche Prüfung zur Verfügung stellen, sagt man, sie »träten in den Zweikampf ein« (*xuat tran*).

Ältere Mönche verlassen gelegentlich das Kloster, um in einer Hütte für sich zu leben, Meister in einem neuen Kloster zu werden oder auf Pilgerschaft zu gehen. Das hier Beschriebene bleibt sehr allgemein; natürlich wird bei den Nonnen alles genauso gehalten. Bei Plum Village in Frankreich, wo ich jetzt lebe und meditiere, handelt es sich um eine gemeinsame Kommunität von Mönchen und Nonnen, die in zwei getrennten Weilern wohnen.

Die Rolle der Laien

Das Zen ist jedoch nicht nur etwas für Mönche. Jeder kann es studieren und praktizieren. Viele Laien haben Anerkennung als berühmte Zen-Meister gefunden. Die Laien haben am Leben des Klosters Anteil, indem sie ihm materielle Unterstützung gewähren, denn es kommt gelegentlich vor, daß die Arbeit der Mönche für den Unterhalt ihres Klosters nicht ausreicht. Außerdem nehmen die Laien am Klosterleben dadurch teil, daß sie zum Bau von Tempeln und Heiligtümern beitragen und die kulturellen Aktivitäten des Klosters mittragen, indem sie zum Beispiel die Sutren und die von Mönchen verfaßten Schriften drucken und veröffentlichen. Eine gute Anzahl Klöster veranstaltet jeden Monat *bat quan trai gioi* für Laien, die vierundzwanzig oder achtundvierzig Stunden ganz wie die Mönche im Kloster leben wollen. In diesen Zeiten der *bat quan trai gioi* wird eine bestimmte Anzahl Plätze für Laien reserviert, und diese können dann unter Anleitung von Mönchen das Zen praktizieren.

Vor allem der engen Zusammenarbeit von Laien und Mönchen ist es zu verdanken, daß das Wesen des Zen ins

Leben der Gesellschaft einfließt. Das Zen beeinflusst die Dichtkunst, Malerei, Architektur und Musik. Die Traditionen des Blumensteckens, der Tee-Zeremonie, Kalligraphie, chinesischen Tuschemalerei und des Wasserfarbenmalens entstammen der Geistigkeit des Zen. Das Zen spiegelt sich nicht nur in der künstlerischen Technik, sondern auch im Wesen dieser Kunst. Die Technik zeigt die Selbst-beherrschung des Künstlers, während der Inhalt das spirituelle Verständnis des Künstlers zum Vorschein bringt. Die Künste stellen das Verbindungsglied zwischen der spirituellen Welt des Zen und der Alltagswelt der Gesellschaft dar.

Zen und die Welt von heute

Unter einem erleuchteten Menschen stellen wir uns jemanden vor, der bzw. die über ein hohes Maß an persönlicher Freiheit und spiritueller Stärke verfügt und sich nicht von den Modeströmungen der Gesellschaft mitschwimmen läßt. Wenn der Übende erst einmal erleuchtet ist, sieht er sich selbst in seiner wahren Natur, kennt sich selbst und hat eine klare Sicht der Wirklichkeit - der Wirklichkeit seines eigenen Wesens und des Zustands unserer Gesellschaft. Diese Sicht ist die kostbarste Frucht, die das Zen zu bieten hat. Der entscheidende und fruchtbare Beitrag, den das Zen für unsere Gesellschaft und für das Leben überhaupt leisten kann, besteht darin, daß es Menschen zur Erleuchtung hilft und ihnen ein ganz qualifiziertes neues Sein und eine eigene Lebensart schenkt. Beim Zen handelt es sich um eine lebendige Tradition, die stabile, gesunde und ausgeglichene Persönlichkeiten hervorbringt. Die Künste und die Gedanken, die ihre Quelle in der Zen-Erleuchtung haben, tragen ebenfalls das Merkmal dieser Vitalität und klarsichtigen Heiterkeit.

Der Mensch von heute ist das hilflose Opfer einer Tretmühle des Produzierens und Konsumierens; das geht so weit, daß er schließlich zu einem Rädchen in der Maschinerie wird und seiner selbst überhaupt nicht mehr Herr ist. Das Alltagsleben zerstreut unseren Geist, frißt unsere Zeit auf und läßt uns nicht mehr die Möglichkeit, uns unserer selbst bewußt zu werden und bei unserem tieferen Selbst Einkehr zu halten. Wir sind es so sehr gewöhnt, pausenlos beschäftigt und »besetzt« zu sein, daß wir uns hohl, leer und verlassen vorkommen, wenn uns gelegentlich doch einmal alle Beschäftigungen genommen werden. Darum fliehen wir vor der Begegnung mit uns selbst, machen uns schnell auf die Suche nach Geselligkeit, mischen uns in die Menge, schalten das Radio oder den Fernseher ein - und das alles nur, um dem Eindruck der Leere in uns selbst zu entkommen.

Das heutige Leben ist in höchstem Maß aufgewühlt, und wir sind dadurch äußerst anfällig für Reizbarkeit und Verwirrung. Unzählige Male täglich werden wir von Emotionen überschwemmt; ja, diese beherrschen und besitzen uns. Wenn wir nicht mehr wir selbst sind - können wir dann noch allen Ernstes sagen, daß wir es sind, die leben und die für unser Leben wesentlichen Entscheidungen treffen?

Das heutige Leben wird vom »Verstand« her organisiert. Wir nehmen nur mit einem Teil unseres Wesens am Leben teil - mit unserem Intellekt, unserer *manovijnana*. Die andere, tiefere und wichtigere Hälfte jedoch ist unser Erinnerungsvermögen, sind die tiefen Wurzeln unseres Wesens. Dieser Teil unserer selbst läßt sich nicht mittels der Vernunft und nicht einmal mittels der *manovijnana* erschließen. Der heutige Mensch hat sich ganz auf den Verstand verlegt. Er vertraut seiner Fähigkeit zur Vernunft so sehr, daß er aus seinem wahren Sein entwurzelt ist. Die Folge ist ein Gefühl der Entfremdung, unter dem er leidet

und das dazu führt, daß sein Menschsein Schritt für Schritt immer mechanischer wird.

Die Revolten der 1960er und 1970er Jahre waren deutliche Anzeichen dafür, daß die Menschen ihr echtes Menschsein wiederfinden wollen. Wenn wir nicht in der Lage sind, einen neuen Weg zu finden, um unsere wahre Natur zu entdecken, könnte die Menschheit zum Verschwinden verurteilt sein. Noch nie in der Geschichte sahen wir uns derart vielen verhängnisvollen Gefahren auf einmal ausgesetzt wie heute. Wir haben die Kontrolle über die Lage verloren. Die ökonomischen, politischen und militärischen Systeme, die wir entwickelt haben, kehren sich gegen uns selbst und zwingen sich uns auf, und wir werden in zunehmendem Maß »entmenschlicht«.

Zukunftsperspektiven

Betrachten wir zum Beispiel das Ernährungsproblem. Die Weltbevölkerung beträgt derzeit ca. 6 Milliarden Menschen, und die Mehrheit der Mitglieder der Menschheitsfamilie geht jeden Abend hungrig zu Bett. Der Dritte Weltkrieg wird nicht von den Großmächten angezettelt werden; er wird zunächst in den Zonen des größten Hungers und der schlimmsten Unterdrückung ausbrechen. Hungersnot und politische Unterjochung sind die tiefsten Ursachen aller Kriege. Heute haben alle Kriege (Vietnam, der Golfkrieg) internationalen Charakter; die Großmächte sind in allen Kriegen mehr oder weniger stark engagiert, denn ihr Einfluß und ihr Prestige sind in hohem Maß an diese Kriege geknüpft. Während der Raketenkrise in Kuba zitterten die Menschen auf allen Seiten. Ein Weltkrieg kann in jedem Augenblick ausbrechen. Ein Fehlalarm kann zu völliger Panik führen. Werden wir dann die nötige innere Ruhe haben, um Herr der Lage zu bleiben? Man würde nur 250

Atombomben brauchen, um den nordamerikanischen Kontinent und seine Bevölkerung auszulöschen. Immer noch besitzen wir genügend Kernwaffen, um jeden auf der Welt mehrmals zu vernichten, und die Knöpfe für das Zünden dieser Waffen sind in Reichweite von Menschenwesen.

Pestizide und Entlaubungsmittel, die in Kriegen und auch in der Landwirtschaft eingesetzt wurden, haben das Ökosystem der ganzen Erde beeinträchtigt. Nach einer UNESCO-Studie werden derzeit die letzten Pelikane entlang der kalifornischen Küste ausgerottet. Nur in fünf von zwölfhundert Pelikannestern waren die Eier nicht von DDT verseucht und konnten ausgebrütet werden. Die Studie schließt mit der Aussage: »Vielleicht stirbt der Mensch durch Selbstverschulden aus.«

Paul Ehrlich hat gesagt: »Theoretisch sollten die neuen Landwirtschaftstechniken die Nahrungsmittelproduktion so steigern können, daß sich sieben Milliarden oder noch mehr Menschen ernähren ließen, aber praktisch ist das unmöglich.« Sterling Bunnell hat hinzugefügt: »Wenn wir versuchten, den Hunger zu stoppen, indem wir alle uns bekannten Techniken einsetzten, wie den Einsatz von chemischem Dünger und Insektiziden, würden wir unsere biologische Umwelt vollständig verseuchen. Nichts könnte darin mehr leben, auch wir Menschen nicht.«

Die Kluft zwischen den reichen und den unterentwickelten Ländern wird weiterhin immer größer, und wir können nicht erwarten, daß sich diese Kluft in naher Zukunft schließt. Die Schuldentilgung, die die armen Länder Jahr für Jahr zu leisten haben, ist größer als die Summen, die sie als Hilfgelder zur Unterstützung ihrer wirtschaftlichen Entwicklung erhalten. Der Mangel an Kapital, der Mangel an politischer Stabilität und die Not, der Ausbeutung entgegenzutreten, welche die wirtschaftlichen Großmächte weiter vorantreiben, steigern die Schwierigkeiten und Hindernisse,

mit denen die ärmeren Länder auf ihrem Weg in die Freiheit zu kämpfen haben. Gleichzeitig verzehren die westlichen Wohlstandsgesellschaften den weitaus größten Teil der Ressourcen unserer Erde und verseuchen infolge ihres hemmungslosen Konsums die Erde und ihre Atmosphäre. Die Einwohner der USA zum Beispiel machen ungefähr 5 Prozent der Weltbevölkerung aus, aber sie verbrauchen fast 40 Prozent der Ressourcen der Erde.

Dieses Ungleichgewicht läßt die Lage immer gefährlicher werden. Professor C. P. Snow hat vorausgesagt, binnen weniger Jahrzehnte würden immense Hungerzonen entstehen. Unter solchen Umständen kommt es unvermeidlich zum Krieg. Wissenschaftler, Historiker und Soziologen haben längst die Alarmglocken geläutet, aber unsere Gesellschaften scheinen sich nicht zu ändern. Wir leben weiter wie bisher und tragen zur Aufrechterhaltung und Verfestigung des Mechanismus von Produktion und Konsum bei. Wir essen, trinken, arbeiten und zerstreuen uns, als bestünde keinerlei Gefahr.

Ist ein Aufwachen möglich?

Das Problem, um das es hier vor allem geht, ist das Aufwachen. Was uns fehlt, ist nicht eine Ideologie oder Lehre, die die Welt retten könnte. Uns fehlt die Achtsamkeit darauf was wir sind und wie unsere Lage tatsächlich beschaffen ist. Wir müssen aufwachen, um wieder unsere Würde als freie Menschen zu entdecken. Wir reiten auf einem galoppierenden Pferd, dessen Zügel uns entglitten sind. Unsere Rettung kann nur darin liegen, daß wir eine neue Kultur entwickeln, in der die Menschen ermutigt werden, ihre tiefste Natur wiederzuentdecken.

Das Zen hat zusammen mit allen anderen lebendigen spirituellen Traditionen des Ostens und Westens zur För-

derung des spirituellen Lebens beigetragen, indem es Denkungsart, Kunst und Kultur durchlichtet hat. Aber das Zen degeneriert derzeit in Asien, weil es von den Kräften der technologischen Zivilisation erdrückt wird. Die Entwicklung der Technologie in den westlichen Ländern hat das Bedürfnis geweckt, die Länder Afrikas und Asiens zu erobern, um sich Märkte und Rohstoffe zu sichern. Und die Befreiungskriege gehen weiter. Der Krieg absorbiert die Energien allzu vieler Länder und verschärft das Problem des Hungers, das ohnehin nur sehr schwer zu lösen ist, da sich die Bevölkerung rapide vermehrt. Alles das stellt die Gesellschaft und ihre moralischen Wertvorstellungen auf den Kopf.

Auch die Zen-Tradition ist stark in Mitleidenschaft gezogen. In Vietnam zum Beispiel wurden während des Krieges die meisten Klöster in abgelegenen Bergregionen zerstört oder anschließend durch das kommunistische Regime geschlossen. Die Regierung hat ihre eigene buddhistische »Kirche« gegründet, um die Praxis des Buddhismus landesweit unter Kontrolle zu haben, und sie sperrt weiterhin Buddhisten und andere ein, die sich für die Religions- und Meinungsfreiheit einsetzen. In China hat der Sozialismus die Massen mobilisiert, um ehrgeizige nationale Ziele zu erreichen und die Armee zu stärken. Die wirtschaftliche Entwicklung Japans hat dieses Land zu einer Art westlicher Nation werden lassen, die viele ihrer spirituellen Werte auf dem Altar eines krassen Materialismus geopfert hat. Auch die Tempel und Klöster müssen sich auf die derzeitige ökonomische Lebensart einlassen und können sich nicht, wenn sie weiterbestehen wollen, dem sozialen Druck, zu produzieren und zu konsumieren, entziehen. Vorbei ist es mit ihrer Rolle als Zentren geistlicher Führung, wie sie sie in der Vergangenheit gespielt haben. Das Zen ist ausgerechnet auf dem Boden besonders bedroht, auf dem es geboren ist und sich entwickelt hat.

Der Westen hat erst da vom Zen Näheres erfahren, als er bereits unterwegs war, Asien zu zersetzen. Viele derjenigen im Westen, die das Zen schätzen, sind der materialistisch geprägten Zivilisation und der rationalistischen Den-kungsart überdrüssig. Die technologische Zivilisation, die sich auf Logik und Wissenschaft gründet, hat ihren Höhepunkt überschritten und längst angefangen, zu Krisen und Revolten zu führen. In dieser Situation erscheint das Zen als etwas Frisches und Trostvolles. Paradoxerweise wenden sich zur selben Zeit die Menschen in den Ländern, welche auf eine lange Zen-Tradition zurückblicken, dem Leben materiellen Wohlstands zu und betreiben mit Leidenschaft die intensive Industrialisierung ihrer Länder. Sie verwenden jetzt fast ihre gesamte Zeit und Energie darauf, und das ist der Grund, weshalb solche Dinge wie das Zen keine Rolle mehr spielen können. Der Osten steht genau wie der Westen vor einem spirituellen Bankrott. Die Selbstzerstörung des Menschengeschlechts läßt sich nur dann vermeiden, wenn wir eine neue Kultur entwickeln, in der die spirituelle Dimension an erster Stelle steht.

Was wir brauchen, ist keine neue Lehre, sondern ein Erwachen, das uns unsere spirituelle Stärke wiederschenken kann. Mahatma Gandhi hatte bei seinem Kampf nicht deshalb so großen Erfolg, weil er mit einer neuen *Lehre* kam - nicht einmal der Lehre der Gewaltlosigkeit -, sondern weil er *sich selbst* ins Spiel brachte: nämlich seine Art, zu sein. Heutzutage wird viel über die Lehre der Gewaltlosigkeit geschrieben, und überall versuchen Menschen, sie anzuwenden. Allerdings vermögen sie nicht die Vitalität wiederzuerwecken, über die Gandhi verfügte; den »Gandhi-isten« fehlt die spirituelle Stärke Gandhis. Sie glauben fest an seine Lehre, aber sie können mit deren Hilfe keine gewaltige Bewegung der Solidarität auslösen, weil niemand von ihnen über die spirituelle Kraft eines Gandhi verfügt und daher nicht genügend Mitleid und Opfergeist wecken kann.

Wenn wir uns weiterhin nur vom Mechanismus des Produzierens und Konsumierens ins Schlepptau nehmen lassen, ist es schwierig, spirituelle Kraft zu entwickeln. Gandhi kleidete sich einfach, ging zu Fuß und ernährte sich extrem einfach. Die Einfachheit seines Lebens bezeugt nicht nur, daß er sich vom Konditioniertsein durch materielle Dinge befreit hatte, sondern auch, daß er spirituell sehr stark war. Wenn wir eine neue Zivilisation schaffen wollen, dürfen wir uns nicht von materiellen Gütern beherrschen lassen und nicht stabilisierend zum System von Produktion und Konsum beitragen. Die Avantgarde unserer Generation sind diejenigen, die sich mit Entschiedenheit der Treitmühle des Produzierens und Konsumierens widersetzen und sich für eine Erneuerung der Natur des Menschen engagieren. Viele Menschen, die im Überfluß gelebt haben, haben *aus dem Bedürfnis, wirklich Mensch zu sein*, gegen den Materialismus aufbegehrt. Das ist keine neue Vorstellung. Es handelt sich um ein grundlegendes Bedürfnis des Menschen, das lediglich erstickt war durch die allzu vielen oberflächlichen Dinge, die wir angesammelt hatten. Dieses Bedürfnis, wirklich Mensch zu sein, ist unsere größte Hoffnung; das ist der Ansatzpunkt, an dem eine neue Zivilisation geboren werden kann.

Der erste Schritt zur Entwicklung dieser Zivilisation muß darin bestehen, die sozialen Bedingungen so zu gestalten, daß jeder wirklich als Mensch leben kann. »Erwachte« Menschen werden sicher kleine Gemeinschaften bilden, deren materielles Leben einfach und gesund ist und wo ein Großteil der Zeit und Energie auf spirituelle Dinge verwendet wird. Diese Gemeinschaften achtsamen Lebens werden wie Zen-Klöster gestaltet, aber frei von dogmatischen Fixierungen sein. Darin können die Menschen von den Zeitkrankheiten geheilt werden und neue spirituelle Gesundheit erlangen. Es werden Stätten künstlerischer Meisterleistungen und kreativen Denkens sein.

Im Osten gibt es immer noch Zen-Klöster, und immer noch beeinflußt das Zen Literatur, Kunst und Sitten. Aber es scheint, daß sich heute mehr Menschen im Westen als im Osten für Zen interessieren; im Osten haben sie sich mehr auf die materielle Entwicklung und Industrialisierung verlegt. Sie haben noch nicht genügend den bitteren Beigeschmack des Materialismus und den inhumanen Charakter der technologischen Zivilisation verkostet. Wenn der Buddhismus im 20. Jahrhundert in mehreren asiatischen Ländern eine Renaissance erfahren hat, so verdankt er das indirekt dem Werk westlicher Gelehrter. Sie haben den Buddhismus gründlich studiert und erforscht und voller Bewunderung von der buddhistischen Kunst und Gedankenwelt gesprochen. Das hat dazu geführt, daß die Asiaten wieder stärker an den Wert ihres eigenen kulturellen Erbes glauben konnten. Dasselbe geschieht mit dem Zen-Buddhismus. Weil sich die Menschen im Westen für Zen interessieren, haben sich viele im Osten wieder ihrer spirituellen Tradition zugewandt.

Aber selbst für erleuchtete Menschen, so entschlossen sie sein mögen, ist es schwer, gegen den Strom zu schwimmen. Was müssen wir tun, um zu verhindern, daß uns der Strom mitreißt? Wenn man überstürzt politische oder ökonomische Konflikte herbeiführt, ist das keine Lösung.

Viele Männer und Frauen im Westen wenden sich auf der Suche nach neuen Quellen der Inspiration dem Osten zu. In der östlichen Spiritualität findet sich ein herzerfrischender Zug zu universeller Harmonie. Der Osten, obwohl arm, hat nicht jene Auswüchse an Fanatismus und Gewalttätigkeit erlebt, die der Westen erfahren hat. Aber der Osten ist unterdrückt worden; der Osten hat sich erhoben und ist bereit, sich mit jenen Waffen gegen den Westen zur Wehr zu setzen, mit denen dieser ihn angegriffen hat. Das ist der Grund dafür, weshalb der Westen Schwierigkeiten hat, in einen echten Dialog mit dem Osten zu kommen.

Bei seinem Bemühen, vom Westen jene Technologie zu erlernen, mit der er sich gegen diesen zur Wehr setzen kann, weiß der Osten, daß er bescheiden sein muß, um lernen zu können, was er von sich aus nicht weiß. Die Mehrheit der Menschen im Westen allerdings kennt diese Tugend der Bescheidenheit bei der Annäherung an den Osten nicht. Sie setzen voller Selbstvertrauen auf ihre Methoden und Prinzipien und bleiben in den Kriterien und Wertvorstellungen ihrer eigenen Zivilisation befangen, wenn sie den Osten kennenlernen wollen. Sie haben Angst, ihre Identität zu verlieren; das ist die Hauptursache für ihre Schwierigkeiten.

Spiritualität contra Technologie

Die westliche Zivilisation hat uns an den Rand des Abgrunds gebracht. Sie hat aus uns Maschinen gemacht. Das »Erwachen« weniger Menschen im Westen, ihr Bewußtsein darüber, in welcher Lage wir uns tatsächlich befinden, hat ihnen ihren Überlegenheitskomplex ausgetrieben. Sie bemühen sich, neue Wertmaßstäbe zu finden.

Andererseits sind eine Anzahl Asiaten in den Westen gekommen, um dort östliche spirituelle Traditionen einzuführen. Ihre Absicht ist edel, aber die Aufgabe schwierig. Sie werden wenig Erfolg haben, solange sie sich nicht ein tiefes Verständnis für die westliche Kultur und Mentalität erwerben. Es besteht die Gefahr, daß man den Menschen des Westens lediglich eine asiatische Lebensart aufpfropft, die sie letztlich kaum werden durchhalten können. Das Zen ist keine Ansammlung von Ritualen; es ist Leben. Menschen des Westens, die in einem ganz anderen sozialen Umfeld als diejenigen des Ostens leben, können nicht einfach die asiatischen Buddhisten nachahmen. Genau wie das chinesische Zen chinesische Merkmale trägt, muß auch das westliche Zen eine westliche Ausdrucksform finden.

Auf diesem Gebiet ist also eine große Anstrengung notwendig. Der Westen muß einige seiner Ideen und Vorurteile ablegen, um für eine neue Erfahrung offen zu sein. Menschen aus dem Osten, die ihren westlichen Freunden helfen wollen, müssen sich ebenfalls bemühen, die westliche Mentalität und die westlichen kulturellen und sozialen Gegebenheiten zu verstehen. Nur durch solches gegenseitiges Bemühen und Zusammenarbeiten kann das Zen auf dem Boden des Westens zu einer lebendigen Tradition werden.

Lin Chi hat gesagt, das Zen sei der Weg, um sein »wahreres Ich« wahrzunehmen. Aber auch der Westen verfügt über spirituelle Traditionen, die er im Lauf der Geschichte entwickelt hat und die darauf abzielen, sein »wahreres Ich« zu entdecken. Wir müssen die besten Züge aller Traditionen in Ehren halten. Das Problem ist, daß viele dieser spirituellen Quellen im Westen wie im Osten vertrocknet sind. Weltweit sind die religiösen Institutionen mehr zu politischen als zu spirituellen Instanzen geworden. Sie sind von materiellen und politischen Interessen geleitet, verstricken sich in weltliche Konflikte und vernachlässigen ihre spirituelle Aufgabe.

Die technologische Zivilisation schafft ständig neue Konsumbedürfnisse, von denen die meisten unwichtig sind. Diese Zivilisation hat auch zu Leiden und Tragödien geführt. Die Religionen müssen sich darüber im klaren sein, daß wir uns alle danach sehnen, zu unserem wahren Menschsein zu finden. Die Kirchen müssen sich darauf verlegen, wieder Gemeinschaften ins Leben zu rufen, in denen ein sinnvolles und gesundes Leben möglich ist. Es muß klar werden, daß das wahre Glück nicht darin besteht, Güter zu konsumieren, die um den Preis des Leidens, Hungerns und Sterbens zahlloser Menschen erkaufte sind. Das wahre Glück liegt in einem Leben, das von der Einsicht erleuchtet ist, daß alle zusammengehören und miteinander verflocht-

ten sind. Dabei ist das Bewußtsein wichtig, daß wir zutiefst Verantwortung tragen, wirklich wir selbst zu sein und unserem Nächsten zu helfen.

VII

Lektionen für das Leerwerden

***Dreiundvierzig kung-ans mit
Glossen und Strophen
von Tran Thai Tong
(1218-1277)***

Erstmals in eine westliche Sprache übersetzt
von Thich Nhat Hanh

Tran Thai Tong war der erste König der Tran-Dynastie (1225-1400) in Vietnam. Während seiner Regierungszeit praktizierte er Zen. Mit einundvierzig Jahren verzichtete er zugunsten seines Sohnes Tran Hoang auf den Thron und widmete sich von da an ganz der Praxis des Zen. Er verfaßte zwei Bücher: den *Führer ins Zen (Thien Tong Chi Nam)* und die *Lektionen für das Leerwerden (Khoa Hu)*. Die hier vorgestellten dreiundvierzig *kung-ans* sind letzterem Buch entnommen.¹³

¹³ Ausführlicheres über Tran Thai Tong und dieses Goldene Zeitalter der Geschichte Vietnams siehe in: Thich Nhat Hanh, *Hermitage Among the Clouds*, Parallax Press, Berkeley (USA) 1993.

***Statt einer Einführung:
Fragen und Antworten***

Als der Kaiser¹⁴ eines Tages die Pagode von Chan Giao besuchte, legte ihm Tong Duc Thanh folgendes Rätsel vor: »Schon bevor er den Tusita-Himmel verlassen hatte, wurde der von aller Welt Geehrte im Palast von König Suddhodana geboren; noch ehe er den Schoß seiner Mutter verlassen hatte, hatte er bereits sein Gelübde, alle Lebewesen zu retten, erfüllt. Was soll das bedeuten?«

Der Kaiser erwiderte: »Alle Flüsse spiegeln den Mond in ihrem Wasser. Wo keine Wolke ist, sieht man den blauen Himmel.«



Ein Mönch fragte: »Die noch nicht Befreiten bedürfen der Unterweisung. Was ist mit den schon Befreiten ?«

Der Kaiser gab zur Antwort: »Die Wolken, die sich um den Gipfel des Nhac-Berges bilden, sind schneeweiß. Die Wasser, die in den Tieu-Fluß fließen, sind tiefblau.«



Ein anderer Mönch stellte die Frage: »Wenn Wolken aufziehen, wird die Farbe der Berge matter; wenn die Wolken verschwinden, wird die Grotte heller. Warum heißt es, das Verborgene und das Offenbare seien ein und dasselbe?«

Der Kaiser erwiderte: »Gibt es außer meinen eigenen Nachkommen niemanden, der es wagt, seine Schritte mit verbundenen Augen zu tun?«



¹⁴ Es handelt sich um Tran Thai Tong selbst. Diese Dialoge sind von seinen Schülern aufgezeichnet worden.

Ein Mönch äußerte: »Der Weg geht nur in eine Richtung. Alle erleuchteten Wesen sind auf dem Weg zu der einen wahren Quelle. Warum meinst du, nur der Herr Buddha könne den Weg finden?«

Der Kaiser gab zur Antwort: »Der Frühjahrsregen berieselt alle Pflanzen gleichmäßig, und doch gibt es lange und kurze Triebe.«



Ein Mönch stellte die Frage: »Jeder Mensch besitzt seine eigene vollkommen erleuchtete Natur. Warum mußte sich der von aller Welt Geehrte in den Wald zurückziehen, um den Weg zu verwirklichen?«

Der Kaiser sagte darauf: »Es liegt an der Ungerechtigkeit, daß das Schwert aus der Scheide gezogen wird. Und wegen der Krankheit werden Heilmittel aus ihrem Gefäß genommen.«



Ein Mönch sagte: »Ich verstehe den Weg so: Kein Staubkorn mehr ins eigene Auge kommen lassen; das Jucken nicht mehr durch Kratzen verstärken. Meinst du, ich habe etwas begriffen?«

Der Kaiser gab ihm zur Antwort: »Bergabwärts fließendes Wasser denkt nicht daran, daß es bergabwärts fließt. Die Wolke, die das Tal verläßt, denkt nicht daran, daß sie das Tal verläßt.«

Der Mönch schwieg. Da fuhr der Kaiser fort: »Denke nicht, das Nicht-Denken selbst sei der Weg. Nicht-Denken ist weit weg vom Weg.«

Darauf erwiderte der Mönch: »Wenn das wirklich eine Frage des Nicht-Denkens ist, wie kann man dann von *nah* oder *weit weg* sprechen?«

Der Kaiser sagte: »Bergabwärts fließendes Wasser denkt nicht daran, daß es bergabwärts fließt. Die Wolke, die das Tal verläßt, denkt nicht daran, daß sie das Tal verläßt.«

Spruch

Schon bevor er den Tusita-Himmel verlassen hatte, wurde
der von aller Welt Geehrte im Palast von König
Suddhodana geboren; noch ehe er den Schoß seiner
Mutter verlassen hatte, hatte er bereits sein Gelübde,
alle Lebewesen zu retten, erfüllt.

Glosse

Die Identität des Ritters wird offenbar, noch ehe er sein
Schwert aus der Scheide zieht.

Strophe

Ein kleines Kind,
noch ohne jede Leibsgestalt,
verläßt sein Dorf um Mitternacht zum ersten Mal.
Es heißt sein Volk die Meere überqueren,
führt sie in fern entleg'ne Länder.
Dazu braucht es kein Boot noch Floß,
kein Hindernis liegt ihm im Weg.

Spruch

Der von aller Welt Geehrte war gerade geboren. Mit einer Hand
wies er zum Himmel, mit der anderen zur Erde, und er sprach:
»Im Himmel und auf Erden bin ich allein der von aller Welt
Geehrte.«

Glosse

Nur eine weiße Wolke zieht an der Grotte vorüber, und tausend Vögel fliegen weit fort von ihrem Nest.

Strophe

Siddharta hätte seine wahre Identität offenbaren sollen, als er geboren wurde in Suddhodanas Palast.

Er tat sieben Schritte, und mit seinen Händen zeigte er zum Himmel und zur Erde.

Eine schamlose Geste. Wer weiß, wie viele Schüler deshalb verlorengingen.

- 3 -

Spruch

Der von aller Welt Geehrte zeigt der Versammlung eine schlichte Blume. Mahakasyapas Gesicht verklärt sich, und er lächelt.

Glosse

Öffne deine Augen und schau sorgfältig. Tausend Bergketten trennen den, der reflektiert, von dem, der wirklich gewärtig ist.

Strophe

Mahakasyapa blickte auf die Blume, die der von aller Welt Geehrte mit der Hand erhob, und plötzlich war er angekommen.

Wer das die »Weitergabe des wesentlichen *Dharma*« nennt, der sagt, daß - nur für ihn - die Karrenachse ein angemessenes Reisemittel ist.

Spruch

Ein Philosoph bat den Buddha, weder zu reden noch zu schweigen.

Glosse

Nur meine eigenen Nachkommen
hätten den Mut, mit verbundenen Augen zu gehen.

Strophe

Ist allgemein bekannt, wie schwer es ist, die
Tür des Gefängnisses zu schließen ? Worte
und Rede verschwinden.
Keine Hilfsstütze bleibt.
Wenn es kein gutes Pferd ist,
wie kann es siegen?

Spruch

Der von aller Welt Geehrte nimmt seinen Sitz ein. Manjusri
gibt Weisung, die Glocke zu schlagen und sagt an: »Hört auf
das *Dharma* des *Dharma*-Königs. So lautet das *Dharma* des
Dharma-Königs.«

Glosse

Auf einer saitenlosen Zither spielt der Frühling sein Lied. Seine
Klänge sind hörbar durch allen Raum und alle Zeit.

Strophe

Jedes Wort ist makellos,
aber ein Schwanzstück ist zu sehen,
das sich nicht verbergen läßt.
Hier ist eine Flöte ohne Löcher.
Sie spielt das grenzenlose Friedenslied.

- 6 -

Spruch

Mit dem Schwert in der Hand fragt der Herrscher des Tan-Königreichs den vierundzwanzigsten Lehrer-Vorfahren : »Bist du dir im klaren über die Leerheit der fünf*skandhas* (Aggregatzustände)?« »Ja«, entgegnet der Lehrer. »Hast du Geburt und Tod überschritten?« »Ja«, erwidert er. »Kannst du mir deinen Kopf geben?« »Dieser Körper gehört nicht mir selbst, und erst recht nicht dieser Kopf.« Der Herrscher enthauptet ihn. Weiße Milch quillt aus dem abgeschlagenen Kopf. Die Arme des Herrschers sinken.

Glosse

Das Schwert am Genick des Ritters enthauptet den zarten Frühlingswind.

Strophe

Die scharfe Klinge fährt wie ein Blitz durch die Luft. Sind wir ihrer gewahr, haben wir nichts zu fürchten.
Ich will heute morgen fortgehen.
Ich verlasse das Land der Wasser und der Nebel,
aber nie ist man sicher, ob sich dahinter nicht doch noch ein Gedanke verbirgt.

Spruch

Der große Meister Bodhidharma geht zur Thieu Lam-Pagode in Lac Duong. Er sitzt neun Jahre mit dem Gesicht zur Wand.

Glosse

Sei hellwach, schlafe nicht einfach!

Strophe

Der Riesenvogel hat Tausende von Meilen zurückgelegt, die
südliche See zu erreichen
und bedauert sodann die weite Entfernung.
Gestern abend auf dem Fest haben wir zuviel getrunken.
Das Aufwachen fällt uns schwer heute morgen.

Spruch

Der Zweite Lehrer-Vorfahr bittet Bodhidharma, seinem Geist Frieden zu schenken. Bodhidharma sagt: »Bring mir deinen Geist, und ich will ihn für dich in Frieden versetzen.« Der Zweite Lehrer erwidert: »Ich habe überall herumgesucht, aber ich kann ihn nicht finden!« Darauf gibt Bodhidharma die Antwort: »Dein Geist ist im Frieden.«

15 Ab hier verwenden wir für die chinesischen Eigennamen die vietnamesische Schreibweise, wie sie in der Tradition der vietnamesischen Studien über diese kung-ans üblich ist.

Glosse

Mit Girlanden gekrönt, rührt das dreijährige Kind die
Trommel. Der Achtzigjährige spielt mit einem Ballon.

Strophe

Wenn Geist Nicht-Geist ist - wen kann man da um Rat fragen?
Ist es möglich, wieder zum Fötus zu werden ?
Der alte Mönch, der glaubt, er könne den Geist eines anderen befrieden,
hält nur jeden in seiner Nähe zum Narren.
Er weiß es nicht einmal.

- 9 -

Spruch

Manjusri bemerkt eine Frau, die in Trance beim Buddha sitzt.
Er versucht, sie zu wecken, aber umsonst. Da bittet der Buddha
Vong Minh, sie zu wecken, und er tut das mit einem einzigen Stoß.

Glosse

Dieser Schreck hat mein ganzes Vermögen vernichtet.

Strophe

Im Angesicht des Buddha ist keine Unterscheidung
möglich.
Die Trance wirkt, als sei sie nicht echt.
Die Natur wählt nicht aus und greift nicht heraus.
Kommt der Frühling, so muß überall Frühling sein.

Spruch

Während der dreißig Jahre des Ho-Kriegs fehlte es dem Meister Ma To Dao Nhat nie an Salz noch an Sojasoße.

Glosse

Diese Aussage ist makellos, aber die Herausforderung besteht darin, mit den Fingern zu essen, während man gleichzeitig die Stäbchen hält.

Strophe

Seit er einen Säufer zum Freund hat,
gilt ihm der Schnapsladen als Heim.
Wenn du prahlst, ein großer Ritter zu sein,
spielst du nur ewig die Rolle des Mannes ohne Hemd.

Spruch

Bach Truong kehrt zu einem weiteren Gespräch zu Ma To zurück. Ma To stößt einen gellenden Schrei aus. Bach Truong wird Erleuchtung zuteil.

Glosse

Besser ein Schlag mit der Spitzhacke als tausend Hiebe mit dem Gartenhäckchen.

Strophe

Früher, als man es noch verstand,
Weg und Buch nicht miteinander zu verwechseln, hörte
ich von allen Seiten
das Summen von Bienen.
Jetzt sitze ich hoch zu Roß,
halte das Schwert in der Hand
und habe vollkommenes Einssein
auf dem Weg der Wahrheit.

- 12 -

Spruch

Der Lehrer des Landes ruft seinen Assistenten drei Mal, und
drei Mal erwidert sein Assistent: »Hier bin ich.« »Ich dachte«, sagt der Meister, »ich hätte dich schlecht behandelt, aber
tatsächlich bist du es, der mich schlecht behandelt hat.«

Glosse

Nur wer selbst trinkt, weiß genau, ob der Trank warm
oder kalt ist.

Strophe

Beide Parteien haben dieselbe Begabung.
Auf wen können wir uns für einen Vergleich verlassen ?
Meine Lungen und Eingeweide kannst du zwar durch-
leuchten,
aber ich allein kenne meinen wahren Zustand.

Spruch

Dai Quy sagt: »Die Begriffe *Sein* und *Nichtsein* sind wie Weinranken, die an einem großen Baum nicht zu überleben vermögen.« So Son entgegnet: »Wenn der Baum umgehauen wird und wenn die Weinranken ausgetrocknet sind, wohin gehen dann die Begriffe *Sein und Nichtsein*?« Dai Quy bekommt einen Lachanfall und geht hinaus.

Glosse

Wasser bleibt im See. Der Mond ist am Himmel.

Strophe

Der See liegt still, wenn der Wind nicht mehr bläst.
Und doch suchen wir außerhalb unserer selbst.
Ein Lachanfall zerstreut tausend Zweifel.
Perlen werden von Steinen unterschieden.

Spruch

Bach Truong fragt Nam Tuyen: »Was ist das *Dharma*, zum Nichts-Nutz der Leute gepredigt?« Nam Tuyen gibt zur Antwort: »Es ist nicht der Geist. Es ist nicht der Buddha. Es ist gar nichts.«

Glosse

Tausende von Weisen haben gesucht, aber das *Dharma* hat nicht die leiseste Spur hinterlassen. Sie verstecken sich alle im großen Raum.

Strophe

Das *kung-an* ist da, es steht vor dir.
Schau es direkt an, sieh daraufhin!
Verstehst du ?
Eingeladen, in der Hütte des Buddha zu bleiben, leh-
nen wir immer dankend ab.
Zu sehr sind wir's gewohnt, in den Binsen zu schlafen.

- 15 -

Spruch

Nam Tuyen sagt: »Geist ist nicht der Buddha. Weisheit ist nicht
der Weg.«

Glosse

Ich sehne mich so nach der Seele der wunderbaren
Wahrheit.
Ich komme zu mir selbst heim und schreite unter dem
leuchtenden Mond.

Strophe

Sterne wandern mit lautlosem Klang.
Das Universum ist still, nichts darin verwirrt. Gestützt
auf den Stab, steige ich zur Terrasse hinauf. Vollkom-
mene Stille: Rein gar nichts geschieht.

- 16 -

Spruch

Zur Unterweisung seiner Schüler gebraucht Meister Lam Te
nichts als einen Stock. Immer, wenn er einen Mönch sieht,
schreit er laut.

Glosse

Zur Mittagsstunde des fünften Tags des fünften Monats sind
alle Gifte von Mund und Zunge neutralisiert.

Strophe

Kaum ist man bis zur Tür gelangt, hört man den Schrei.
Kinder und Jugendliche wachen auf.
Der erste Donnerschlag im Frühling.
Überall brechen an den Zweigen die grünen Knospen auf.

- 17 -

Spruch

Meister Nam Tuyen sagt: »Der gewöhnliche Gedanke ist der
Weg.«

Glosse

Wenn es kalt ist, sage »kalt«. Wenn es warm ist, sage
»warm«.

Strophe

Der kostbare Stein hat eine makellose Natur.
Seine Schönheit hängt nicht vom Werk eines guten
Juveliers ab.
Geht man den Weg nicht zurück,
fällt man womöglich tief ins Tal.

Spruch

Meister Trieu Chau sagt: »Du wirst von den vierundzwanzig Stunden des Tages beherrscht. Ich beherrsche die vierundzwanzig Stunden des Tages!«

Glosse

Er nennt sich selbst einen Meister und verachtet trotzdem die Leute. Seine Rede gründet auf nichts.

Strophe

Der alte Mann führt sich selbst an der Nase herum.
Er sagt, er könne feurige Drachen und grimmige Tiger zähmen,
vierundzwanzig Stunden am Tag.
Könnte er wirklich Eisen in Gold verwandeln,
so würde er es nicht jedem auf der Straße erzählen.

Spruch

Ein Mönch fragt Lam Te: »Was ist *der wahre Mensch ohne Rang?*«
Lam Te gibt zur Antwort: »Getrockneter Kot.«

Glosse

Mit ungeladener Flinte auf einen Spatzen zielen. Nach einer Maus schlagen mit einem Stock, den man nicht beflecken will.

Strophe

Der wahre Mensch ohne Rang ist nichts als getrockneter Kot.
Wie werden Übende von einer solchen Lehre in die Irre
geführt!
Schau und denk noch einmal nach!
Siehst du's immer noch nicht?
Wenn der tönerner Büffel ins Meer schreitet, gibt es keine
Fußspuren.

- 20 -

Spruch

Meister Trieu Chau sagt: »Ich habe die alte Dame des
Ngu Dai Son-Bergs gefunden.«

Glosse

Wer immer die fünf Kapitalverbrechen begangen hat, darf
seine Ohren nicht bedecken, wenn der Donner grollt.

Strophe

In einem Augenzwinkern ist der Ngu Dai Son-Berg
verschwunden.
Ohne tagelanges Wandern ist man plötzlich daheim. Hört der
Krieg auf und niemand träumt von Rache, welcher Bedarf
besteht dann, das Schwert aus der Scheide zu ziehen ?

Spruch

Goldene Buddhas sind nicht vor dem Schmelztiiegel
sicher, hölzerne Buddhas nicht vor dem Feuer, tönerner
Buddhas nicht vor dem Wasser. Der wahre Buddha sitzt
still im Heiligtum.

Glosse

Berge sind Berge, Flüsse sind Flüsse. Wo ist der Buddha?

Strophe

Wenn Cuong Xuyens Bild so berühmt ist,
dann dank dem Poeten Vuong Duy.
Ich habe auch Talent, aber warum muß ich malen?
Ich schaue in den Raum, sehe den Mond
und fühle die kühle Frische des Winds.

Spruch

Meister Trieu Chau sagt: »Als ich in Thanh Chau war, verfer-
tigte ich ein Leinengewand, das sieben Pfund wog.«

Glosse

Thanh Chaus Rettiche sind in Ordnung, aber Thanh
Chaus Leinen erschreckt bloß die Leute.

Strophe

Was für ein aufsehenerregendes Leinengewand!
Wie konnte Trieu Chau Bambustruhe ein solches Kleid
fassen?
Selbst wenn du gewissenhaft auf Gramm-Bruchteile ach-
test,
gibst du alle acht Manh-Brüder der Schmach anheim.

- 23 -

Spruch

Wenn er gefragt wird, ob ein Hund die Buddha-Natur habe,
gibt Trieu Chau einmal die Antwort »Ja« und dann wieder
»Nein«.

Glosse

Zwei Möglichkeiten, eine Gelegenheit.

Strophe

Konfrontiert mit Menschen, kannst du Ja oder Nein
sagen.
Ein einziges Wort tilgt Hos Armee aus.
Wer sich sein Leben lang rühmt, brillant zu sein,
ist nur ein zwielichtiger Verwandter des wahren Ritters.

- 24 -

Spruch

Meister Trieu Chau sagt: »Wo der Buddha wohnt, verweile
nicht. Wo der Buddha nicht wohnt, geh schnell weiter!«

Glosse

Wenn sich Wasser sammelt, entsteht eine Lache. Wenn ein Stock auf den Boden schlägt, hinterläßt er seine Spur.

Strophe

Wohnen, nicht wohnen - beides ist gar kein Wohnen.
Worte sind nie vollkommen.
Als die Blume der Versammlung vorgehalten wurde, ließ sich diese Begebenheit erzählen.
Aber in Buddhas Land kommt man an, ohne einen einzigen Schritt getan zu haben.

- 25 -

Spruch

Meister Thu Son zeigt seinen Bambusstock und sagt: »Heiße das einen Bambusstock, und du bist mir in die Falle gegangen. Heiße es nicht einen Bambusstock, und du verfällst dem Irrtum. Wie heißt das also?«

Glosse

Rühr dich nicht! Wer sich rührt, kriegt dreißig Schläge!

Strophe

Schwer ist's, zu wählen zwischen Stock und Nicht-Stock.
Wer könnte eine klare Antwort geben ?
Der Weg ist immer da,
aber immer stößt man auch auf Hindernisse.

Spruch

Ein Mönch fragt Dong Son: »Was ist der Buddha?« Dong Son gibt die Antwort: »Drei Pfund Leinen, das an der Wand hängt.«

Glosse

Ihn (den Buddha) ein Ding zu nennen ist nicht richtig.

Strophe

Was ist der Buddha?

Die drei Pfund Leinen, die Dong Son an die Wand hängte.

Selbst wenn keiner mehr spekuliert,
sind wir immer noch auf Dinge angewiesen,
um auf die Wahrheit zu verweisen.

Spruch

»Was hatte der Große Vorfahr Bodhidharma im Sinn ?«, fragte ein Mönch den Hien Tu. Hien Tu gab die Antwort: »Den Spirituosentisch vor dem Schrein des Geistes.«

Glosse

Ein Löwenjunges sollte nicht hinter einer Lawine herrennen.

Strophe

Haut man seine Wurzeln durch, stürzt der Baum.
Ich sage euch, was ich mit eigenen Augen sah.
Zu sagen: »Der Große Vorfahr hatte
den Spirituosentisch vor dem Schrein im Sinn«
heißt zu sagen: »Beinkleider sind Hosen!«

- 28 -

Spruch

Der Meister des Landes, Vo Nghiep, sagt: »Unterscheidet man zwischen Erleuchtung und Nicht-Erleuchtung, und sei es nur um sowenig wie eine Haarspitze, so hat das zur Folge, daß die Leute als Pferde und Esel wiedergeboren werden.« Der Mönch Bach Van Doan erwidert: »Selbst wenn diese Unterscheidung zwischen Erleuchtung und Nicht-Erleuchtung entfällt, werden die Leute immer noch als Pferde und Esel wiedergeboren.«

Glosse

Brennt man den Wald nieder, flieht der Tiger. Schlägt man auf die Büsche, erschrecken sich die Schlangen.

Strophe

Was für eine dumme Behauptung!
Warum sich bemüßigen, auf Büsche zu schlagen, um
Schlangen zu erschrecken?
Kennst du den Weg, der zur Hauptstadt führt, brauchst du
unterwegs keinen zu fragen.

Spruch

Meister Huyen Sa sagt zur Versammlung: »Die Vielgeehrten sprechen oft von ihren Mühen darum, den Leuten den Weg zur Befreiung aufzuzeigen. Aber wie soll man einem tauben, stummen und blinden Menschen den Weg zeigen können >... Winkst du ihm mit dem Fächer, sieht er es nicht. Erzählst du ihm von der Sitzmeditation, hört er es nicht. Versuchst du ihn im Rezitieren der Sutren zu unterweisen, ist er nicht fähig, auch nur ein Wort herauszubringen.«

Glosse

Wenn wir hungrig sind, essen wir. Wenn wir durstig sind, trinken wir. Wenn es kalt ist, decken wir uns zu. Wenn es warm ist, fächeln wir uns Kühlung zu.

Strophe

Sind wir traurig, weinen wir,
sind wir froh, dann lachen wir.
Vertikal die Nase, horizontal die Augenbrauen.
Hunger, Durst, Wärme und Kälte sind natürlich.
Warum Probleme schaffen, die es nicht gibt ?

Spruch

Meister Thuy Nghiem sagte oft zu sich selbst: »Wach auf! Wach auf! Laß nicht zu, daß irgend jemand dich einen Augenblick länger verachtet.«

Glosse

Es ist zuviel Aufwand, zu weinen, bis dir das Blut aus dem Mund stürzt. Viel besser ist's, den Mund zu halten und zu warten, bis es vorüber ist.

Strophe

Thuy Nghiem sagte oft zu sich selbst: »Wach auf!«
Aber er hatte nicht wirklich Mut!
Wenn er tatsächlich solch ein Held war,
warum griff er nicht die Sonne und warf sie auf die Erde ?

- 31 -

Spruch

»Ich will mich in die Welt der Politik begeben«, sagt Tarn Thanh, »und ein großer Staatsmann wird erstehen. Aber nicht für ihn will ich mich in die Welt der Politik begeben.«
Hung Hoa erwidert: »Wenn ein großer Staatsmann ersteht, will ich mich nicht in die Welt der Politik begeben. Aber würde ich mich in die Welt der Politik begeben, dann würde ich es für ihn tun.«

Glosse

Eine blinde Schildkröte trifft zwei gelähmte Brüder.

Strophe

Bist du durstig, trink kein schmutziges Wasser.
Essen allein füllt dir nicht den Bauch.
Leckt das Kind Zucker von der Messerklinge,
kann es sich leicht in die Zunge schneiden.

Spruch

Als Dang An Phong ankommt, zeigt ihm Meister Nam Tuyen eine Vase und sagt: »Diese Vase ist ein Gegenstand. Häng dich nicht daran.«

Glosse

Wenn ein Gegenstand existiert, was ist da, woran man sich hängen kann ?

Strophe

Die Klarheit des Spiegels hat nichts zu tun mit dem Staub.
Warum so hart arbeiten, den Staub loszuwerden ? Genieße
schlicht jeden Moment.

Bist du mit dem Essen fertig, trink eine Tasse Tee.

Spruch

Meister Tach Dau sagt: »So kann man es nicht lassen. So kann man es nicht lassen. Man kann es weder so lassen noch nicht so lassen.«

Glosse

Alles ist unbeständig. Leiden gibt es.

Strophe

Ich muß euch eine rührende Geschichte erzählen.
Aber bitte wartet, bis diese Wolke an unserer Grotte
vorbeigezogen ist.
Sonst bleibt die Distanz zwischen uns zehntausend Meilen,
selbst wenn ich die Geschichte haarklein erzähle.

Spruch

Ein Mönch fragt den Meister Giap Son: »Wie ist sie, Giap Sons Welt?« »Der Affe kehrt in seinen Urwald zurück und trägt sein Kleines in den Armen, während die Blütenblätter den Boden des grünen Tals bedecken.«

Glosse

Nimm dir einen Stecken mit, und du kannst Step tanzen, wo immer Leute sind.

Strophe

Noch keiner hat die ferne Welt des Giap Son besucht.
Doch du mußt das tun.
Die erleuchtet sind und mit den Augen großer Weisheit
sehen,
können um Mitternacht den Mittag sehen.

Spruch

Ein Mönch fragt den Meister Muc Chau: »Kann man den gesamten buddhistischen Kanon während eines Atemzugs lesen?« Muc Chau entgegnet: »Wenn Ta La, der Kuchenverkäufer, vorbeikommt, sag ihm, er soll hereinkommen.«

Glosse

Auch ohne zu gehen kommt man daheim an.

Strophe

Der Kanon während eines Atemzugs gelesen -
nicht nötig, jedes Wort, jeden Satz zu erwägen.
Die tiefsten Wahrheiten erschließen sich von allein;
frag nicht einmal den Einsiedler auf dem Hügel.

- 36 -

Spruch

Eines Tages fingen zwei ältere Mönche in Gegenwart des
Meisters Lam Te an, sich gleichzeitig gegenseitig
anzuschreien. Ein Novize fragte Lam Te: »Besteht im
vorliegenden Fall ein Unterschied zwischen Beleidiger und
Beleidigtem?« Lam Te erwiderte: »Hier sind beide.«

Glosse

Weißer Affen, die bizarr gestikulieren.

Strophe

Die Stimme des Erleuchteten ist im Wind zu vernehmen, der
Sinn eines kunj-ans ist nicht draußen.
Lam Te versteht es, Land zuzumessen und Reiskörner.
Er teilt es in Portionen auf und gibt jedem etwas.

- 37 -

Spruch

Meister Huyen Sa sagte: »Ich bin wie der Besitzer eines
Stücks Land, und mitten hinein habe ich einen Baum
gepflanzt. Ich möchte das Land verkaufen, doch den Baum
behalten.«

Glosse

Der Große Ozean ist nicht groß genug für einen einzigen
Leichnam.

Strophe

Selbst wenn du erleuchtet bist,
selbst wenn die Gedanken dich nicht mehr bedrängen,
bleibt immer noch ein kleiner Punkt zu lösen -
ist es richtig, Gold und Silber als Staub zu erachten ?

- 38 -

Spruch

Ein Mönch fragte Meister Hue Tu: »Was ist das Wesen des
Buddhismus?« Hue Tu gab zur Antwort: »Was kostet der
Reis in Lu Lang?«

Glosse

Der Schatten des Bambus fegt den Boden der Veranda,
aber der Staub regt sich nicht von der Stelle.
Der Mond wird im Wasser gespiegelt, aber er hinterläßt
keine Spur auf der Oberfläche des Teichs.

Strophe

Die Rede ist des Kriegers wert.
Sie entspricht recht gut der Geistesart der Leute
und hilft ihnen auf dem Weg der Befreiung.
Was kostet der Reis in Lu Lang?
Wüßtest du es, du müßttest nicht mehr überwinden die
Entfernung von tausend Meilen.

Spruch

Ein Mönch fragt Van Thu Vien Minh: »Alle Dinge gehen ins Eine ein. Aber wo hinein geht das Eine?« Van Thu erwidert: »Der Hoang Ha-Fluß hat neun Abschnitte.«

Glosse

Die Landschaft war so wunderschön, daß ich gar nicht merkte, wie mein Boot schon an Thuong Chau vorbeigeglitten war.

Strophe

Ich spreche dir von den neun Abschnitten des Hoang Ha-Flusses,
weil ich dir heimhelfen will, ohne daß du eine so große Entfernung zurücklegen mußt.
Aber du hast die Augen nicht vom ausgestreckten Netz gewandt.
Beachte jetzt nicht einmal die Vögel, die über dich hinwegfliegen.

Spruch

Meister Nam Tuyen fragt Trieu Chau: »Novize, hast du einen Meister?« Trieu Chau gibt zur Antwort: »Ja, ich habe bereits einen Meister.« Nam Tuyen fragt: »Was heißt das: einen Meister haben?« Trieu Chau reibt sich die Hände und entgegnet höflich: »Heute ist es kalt. Ich hoffe, der Ehrwürdige erfreut sich größten Wohlbefindens.«

Glosse

Jemandem mit flinken Händen können Nadeln Knüppel ersetzen.

Strophe

Trieu Chau reibt sich die Hände und zeigt uns das, was zwischen den beiden Extremen von Beleidiger und Beleidigtem steht.

Ist es nicht Hoa Lams und Han Lenhs Ausflucht,
wenn Hoi sich aus dem Wettkampf zurückzieht ?

- 41 -

Spruch

Ein Mönch fragt den Meister Moc Am: »Es heißt, das Mönchsgewand, aus Stoffresten gefertigt, sei nicht viel wert. Was bedeutet das?« »Eine Nadel«, erwiderte Moc Am, »kann es nicht durchstechen.«

Glosse

Im vollkommenen Zustand der Meditation fehlen alle Unterscheidungen. Selbst ein Faden findet im leeren Raum nicht seinen Weg.

Strophe

Das Mönchsgewand ist weich wie Schnee,
aber Stahlnadeln können es nicht durchstechen.
Der Raum ist eins und ohne Riß.
Auf welcher Straße gelangt der Duft der Zimtblüte zu uns am
Ende des Tages ?

Spruch

Der Laie Lung erklärt: »Darin besteht des Buddhas
Prüfung: Wer den Test der Leerheit besteht, wird zum
Sieger erklärt.«

Glosse

Damit dein Name auf der Siegerliste steht, laß keine leeren
Seiten übrig.

Strophe

Kann man Strohsandalen flechten aus den Federn von
Vögeln ?
Kann man ein Buddha werden durch Teilnahme an
diesem seltsamen Wettbewerb ?
Bleib auf der Hut! Geh nicht und sag,
du empfindest die Krone,
wenn du den Test der Leerheit bestehst.
Sagst du es doch, bekommst du früher oder später schwere
Hiebe mit dem Stock.

Spruch

Meister Tu Minh fragt Chan Diem Tru: »Was ist das Wesen
des Buddhismus?« Chan Diem Tru erwidert: »Wolken, die
sich auf dem Gipfel des Berges bilden, existieren nicht, aber
die Spiegelung des Monds im Wasser tut es.« Tu Minh lacht:
»Du hast so viele Jahre schon geübt und gibst immer noch
eine so dumme Antwort!« Chan Diem Tru beginnt zu weinen
und sagt kurz darauf zu Tu Minh: »Es ist offensichtlich: Ich
weiß nicht, was

das Wesen des Buddhismus ist. Ich bitte dich, mach du mir's klar.« Tu Minh erklärt: »Die Wolken, die sich auf dem Gipfel des Berges bilden, existieren nicht, aber die Spiegelung des Monds im Wasser tut es.« Als Chan Diem Tru diese Worte hört, wird er verwandelt und erlangt die Erleuchtung.

Glosse

Die Mitleid empfinden, halten es für Humanismus.
Weise halten es für Bildung.

Strophe

Die Musik, die du spielst, gehört auch mir.
Gute Freunde kennen einander durch und durch.
Berg oben und Fluß unten,
aber Mond und Wolken bleiben gleich.