

Religion der Nicht-Religion

HERDER spektrum

HERDER Spektrum
Band 5567

## Alan Watts

# Buddhismus verstehen

Religion der Nicht-Religion

Aus dem Amerikanischen von Renate FitzRoy

Die amerikanische Originalausgabe erschien unter dem Titel "Buddhism. The Religion of No-Religion"

Copyright © 1995 by Mark Watts

ISBN 3-451-05567-8

## 1. Der Weg von Indien

Wer sich mit dem Buddhismus vertraut machen will, muss sich dessen aus Indien stammenden weltanschaulichen Hintergrund vergegenwärtigen und sich mit indischer Kosmologie befassen - gerade so, wie man das Ptolemäische Weltbild verstehen muss, um Dante und einen Großteil des christlichen Mittelalters zu begreifen. Der Buddhismus hat die Weltsicht und Kosmologie des Hinduismus in den japanischen Alltag eingeführt. Zwar ist diese Weltsicht älter als der Buddhismus, aber für den Buddhismus war sie eine so selbstverständliche Voraussetzung, wie wir vermutlich die moderne Astronomie zur Grundlage unserer Weltanschauung machen würden, wenn wir heute eine neue Religion gründeten.

Die Menschheit hat drei große weltanschauliche Entwürfe entwickelt – zum einen die westliche Sicht, die die Welt, in Analogie zur Arbeit eines Tischlers oder Töpfers, als ein Konstrukt oder Artefakt versteht. Dann gibt es die Sicht des Hinduismus von der Welt als Drama oder Schauspiel. Die dritte Weltsicht ist die chinesische, die die Welt als einen Organismus, einen Körper betrachtet. Aus der Hindu-Perspektive jedenfalls erscheint die Welt als ein Drama – mit anderen Worten, das Existierende, was immer da ist, was da gewesen ist und was bleiben wird, ist das Ich – *Atman* auf Sanskrit. Atman wird auch als *Brahman* bezeichnet, was sich von der Wurzel *bri* – wachsen, sich ausdehnen, anschwellen – herleitet. Brahman, das Ich im hinduistischen Selbstbild, spielt fortwährend mit sich selbst Verstecken. Wie weit kann man gehen, wie weit sich verirren? Nach hinduistischer Vorstellung sind wir alle Gottheiten, die sich absichtlich auf Irrfahrt begeben. Dabei kann uns durchaus Schreckliches zustoßen – aber umso schöner ist es, daraus wieder wie aus einem Traum zu erwachen!

Das ist die zugrunde liegende Vorstellung, die in ihrer schlichten Eleganz jedem Kind einleuchtet, wie ich feststellen konnte.

In dieser Kosmologie oder Auffassung des Universums kommen Begriffe wie Kalpas vor, gewaltige Zeiträume, die das Universum durchläuft. Ein anderer Aspekt sind die sechs Bereiche des weltlichen Daseins. Diese Vorstellung ist zwar dem Hinduismus entlehnt, hat aber große Bedeutung für den Buddhismus und wird im Bhava-Chakra dargestellt. Bhava oder Phava heißt Werden, Chakra heißt Rad. Das Rad des Werdens oder Rad von Geburt und Tod kennt sechs Teile. Wer die höchste Stufe erklommen hat, wird als *Deva* bezeichnet. Die Menschen ganz unten nennt man Narakas. Devas sind Engel – Menschen, die auf der Welt Höchstes erreicht haben. Die Narakas sind die Versager dieser Welt, die in der Hölle Qualen erleiden. Zwischen diesen Polen der glücklichsten und der unglücklichsten Menschen liegt die Welt der *Pretas*, der Hungergeister, die in der Nachbarschaft der Naraka-Welt angesiedelt ist. Pretas sind unbefriedigte Geister mit kleinen Mündern und gewaltigen Bäuchen. Ihr Hunger ist ungeheuer, die Mittel, ihn zu stillen, sind aber begrenzt. Oberhalb der Pretas sind die Menschenwesen in der Mitte der sechs Welten zu Hause. Von dort steigt man auf zu den Devas, um dann wieder von neuem abzusteigen. Die nächste Welt auf dem Abstieg heißt Asura, die Welt der zornigen Geister. Hier verkörpert sich aller Zorn und alle Gewalt in der Natur. Die nächste Stufe darunter ist die der Tiere, angesiedelt zwischen Asura und Hölle.

Diese Unterteilungen sind nicht wörtlich zu verstehen, sondern entsprechen den geistigen Verfassungen des Menschen. Wenn wir unter Qualen und Frustration leiden, befinden wir uns in der Hölle. Leiden wir nur unter chronischer Frustration, sind wir in der Preta-Welt. Der Zustand seelischer Ausgeglichenheit entspricht der menschlichen Welt. Der Überschwang des Glücks versetzt uns in die Deva-Welt. Sind wir zornig, befinden wir uns in der Asura-Welt, und wenn wir abgestumpft sind, in der Welt der Tiere. Dies sind alles Gemütszustände – und es ist für das Verständnis des Buddhismus ganz wesentlich, dass der Aufstieg in die Deva-Welt den Fall in die Naraka-Welt mit sich führt. Je höher man aufsteigt, desto tiefer der Fall, denn ein fortwährender Aufstieg ist nicht möglich. Wer beim Aufstieg eine bestimmte Höhe erreicht hat, beginnt zwangsläufig den Abstieg. Wer ein Messer immerzu nur schärft, wetzt es schließlich gänzlich ab. Buddhaschaft, Erleuchtung und Befreiung sind auf diesem Rad nirgends zu finden – höchstens in seinem Mittelpunkt. Wer

aufsteigt und ein besseres Wesen wird, fesselt sich mit goldenen Ketten an das Rad. Wer absteigt und ein schlechteres Wesen wird, bindet sich mit Eisenketten daran. Buddha aber befreit sich von allen Ketten.

Dies erklärt, warum der Buddhist, im Gegensatz zum Juden oder Christen, nicht ständig damit beschäftigt ist, gut zu sein. Es geht ihm um Weisheit, und es geht Unterschied ihm um Mitgefühl. Im zum Gutsein ist großes Einfühlungsvermögen gefragt, Verständnis und Achtung gegenüber den unwissenden Menschen, die von ihrer Unwissenheit nichts wissen und sich in dem seltsamen Spiel "Du und ich" üben. Darum grüßt jeder Hindu seine Brüder durch eine Verbeugung mit zusammengelegten Händen und nicht etwa mit Handschlag. Darum auch verneigen sich die Japaner voreinander, und darum sind buddhistische Rituale immer voll von Gesten der Verbeugung. So wird das Ich geehrt, das die Rollen aller Menschen spielt, die uns umgeben. Das ist die grundlegende hinduistische Weltsicht und die Kosmologie, die dazu gehört.

Je nach Geschmack, Temperament, Tradition, Volksglauben und Ähnlichem tritt die Vorstellung hinzu, dass Gott oder das Ich so tut, als sei er in jedem von uns gegenwärtig. Vor allem aber geben sich dieser Gott oder das Ich als individuelle Seele, genannt *Jivatman*, aus. Dieses Jivatman wird in einer langen Reihe von Inkarnationen wiedergeboren. Ein Leben folgt dem anderen. Entsprechend dem so genannten *Karma* – wörtlich "das Tun", das "Gesetz des Handelns" – sind alle Handlungen dieses Jivatman in einer nicht zu durchbrechenden Kette miteinander verbunden. Das Karma des Einzelnen ist der Lauf des Lebens, an dem er unablässig – vielleicht durch unzählige Leben hindurch – arbeitet. Ich will nicht näher darauf eingehen, weil viele Buddhisten nicht daran glauben.

So sind etwa die Zen-Buddhisten sehr geteilter Meinung darüber. Sie sagen, sie glauben nicht an eine Reinkarnation im wörtlichen Sinn – dass man, nachdem man bestattet worden ist, als ein anderer Mensch an einem anderen Ort weiterlebt. Ihrer Meinung nach bedeutet Reinkarnation, dass ein Mensch, der in einem Raum sitzt und überzeugt ist, derselbe Mensch zu sein, der vor einer halben Stunde dies Zimmer betreten hat, seine Reinkarnation erlebt. Wer den

Zustand der Befreiung erlangt hat, begreift, dass diese Art der Reinkarnation eine Illusion ist und weder Vergangenheit noch Zukunft existieren. Es gibt nur die Gegenwart – sie ist die einzige Realität. Zen-Meister Dogen formuliert das so: "Der Frühling geht nicht in den Sommer über. Zuerst kommt der Frühling, dann kommt der Sommer. Jede Jahreszeit bleibt an ihrem Platz." Ebenso wird aus dem Menschen, der Sie gestern waren, nicht der Mensch, der Sie heute sind. T. S. Eliot entwickelt den gleichen Gedanken in seinem Gedichtzyklus "Vier Quartette". Dort sagt er, dass derjenige, der sich mit einer Zeitung in den Zug setzt, nicht mehr derselbe ist, der noch vor kurzem den Bahnsteig verließ. Wer glaubt, dass er existiert, verknüpft vergangene Augenblicke zu einer Kette. So bindet man sich an das Rad von Geburt und Tod. Dies steht im Gegensatz zu dem Wissen, dass nur der gegenwärtige Moment tatsächlich existiert. So würde ein Zen-Meister zu Ihnen sagen: "Stehen Sie auf und gehen Sie quer durchs Zimmer." Wenn Sie das getan haben, würde er Sie fragen: "Wo sind Ihre Fußstapfen?" Spurlos verschwunden.

Wo sind Sie? Wer sind Sie? Fragt man uns, wer wir sind, erzählen wir meist eine Art Geschichte. Sie beginnt mit dem Namen, den uns unsere Eltern gegeben haben, geht weiter über die Ausbildungsstätten, die wir besucht haben, bis hin zu unseren beruflichen Erfolgen. So entsteht ein kleiner Lebenslauf. Der Buddhist sagt: "Die alten Geschichten können Sie vergessen. Das sind nicht Sie. Ich möchte Ihr wirkliches Ich in diesem Augenblick sehen." Wie das aussieht, kann uns niemand sagen – kennen wir uns selbst doch höchstens dadurch, dass wir auf unser Echo lauschen und uns an unsere Erinnerung halten. Damit sind wir erneut bei unserem wahren Ich, das wieder fragt: Wie sieht das eigentliche Ich aus? Wir werden erleben, wie in den Koans des Zen damit gespielt wird, wie man aus seinem Schneckenhaus gelockt wird, um herauszufinden, wer man wirklich ist. In Indien ist diese Weltsicht tief mit einer Kultur verwoben, die alle Lebensbereiche durchdringt. Der Hinduismus stellt keine Religion in dem Sinne dar, wie es die protestantische oder selbst die katholische Kirche ihrem Selbstverständnis nach sind. Der Hinduismus ist keine Religion, sondem eine Kultur. In dieser Hinsicht ähnelt er eher dem Judentum als dem Christentum. Auch ein Jude, der nicht die Synagoge besucht, bewahrt seine jüdische Identität. Wer in einer traditionsreichen jüdischen Familie groß geworden ist, in der

Eltern und Vorfahren alle gläubige Juden waren, wird in seinen Verhaltensweisen, Gewohnheiten und Einstellungen diese Traditionen weiterführen. So tritt die jüdische Kultur an die Stelle der jüdischen Religion. Um Hindu zu sein, muss man in Indien leben. Schon wegen der Unterschiede im Klima, in der künstlerisch-handwerklichen und technischen Umgebung ist es nicht möglich, als Hindu im umfassenden Sinne in Japan, Europa oder den Vereinigten Staaten zu leben.

Buddhismus ist ein exportfähiger Hinduismus-Extrakt. Buddha war ein Reformer par excellence – jemand, der auf die Ursprungsform zurückgeht oder sie neu für die Bedürfnisse der Zeit gestaltet. Der Name Buddha ist ein Titel, kein Eigenname – so wie ja auch Christus nicht Jesu Nachname ist, sondern "der Gesalbte" bedeutet. "Buddha" ist nicht der Nachname zu Gautama, sondern bedeutet "der zur Erkenntnis Gekommene" von sanskrit *budh*, wissen, erkennen. Buddha ist der Erwachte, der erkannte, wer er wirklich ist.

Der entscheidende Unterschied zwischen Buddhismus und Hinduismus liegt darin, dass der Buddhismus uns nicht sagt, wer wir sind. Er stellt uns keine Vorstellung, kein Denkmodell bereit. Vor allem aber möchte ich betonen, dass ihm keine Vorstellung und kein Denkmodell von Gott zugrunde liegt, denn der Buddhismus interessiert sich nicht dafür, sondern ausschließlich für die unmittelbare Erfahrung. Vom buddhistischen Standpunkt aus sind alle Denkmodelle in dem Sinne falsch, dass ein Gegenstand nicht wirklich das ist, was man von ihm behauptet. Ist der Gegenstand vor mir ein Hocker? Dreh ihn um, und er wird zum Papierkorb. Wenn ich auf ihn schlage, ist er eine Trommel. Was man damit macht, bestimmt also, was ein Ding ist, und jede neue Verwendung macht wieder etwas Neues daraus. Wenn sich aber die Vorstellung festgesetzt hat, dass dies Ding ein Hocker ist und man nur darauf sitzen kann, kommt man nicht weiter. Erkennt man dagegen auch die anderen Möglichkeiten, dann wird einem plötzlich klar, dass sich im Grunde alles in alles verwandeln kann. In diesem Sinne gibt uns der Buddhismus kein definierbares Ich vor, denn wer an ein solches definierbares Ich glaubt, hängt an einer Idee und will sich an einer spirituellen Sicherheit festhalten.

Viele Menschen sagen, dass sie von einer Religion Halt erwarten. Ein Buddhist würde sagen, darum gehe es ganz und gar nicht. Solange man sich an etwas festhält, hat man keine Religion. Nur wer vollständig loslassen kann, nur wer für sein seelisch-geistiges Gleichgewicht keine fixe Idee braucht, ist wirklich da. Das mag man zunächst als eine sehr destruktive Seite des Buddhismus empfinden, denn sie zerstört den Glauben an einen Gott. Der Buddhismus glaubt weder an eine unsterbliche Seele, noch sucht er Trost in irgendeiner Vorstellung vom Leben nach dem Tode. Er stellt sich der Tatsache, dass das Leben vergänglich ist. Da es nichts zum Festhalten gibt, muss man loslassen. Buddhismus ist die Disziplin des Loslassens, und wer loslässt, entdeckt etwas viel Besseres als jeden Glauben, etwas Wirkliches – aber worin dieses Wirkliche besteht, lässt sich nicht in Worte fassen.

Im Zen vergleicht man jemanden, der erleuchtet worden ist, mit einem Stummen, der etwas Wunderbares geträumt hat. Wenn man etwas Schönes geträumt hat, möchte man gern jedem davon erzählen, und gerade das kann der Stumme nicht tun. Das Eigentliche im Buddhismus, *Nirwana* genannt, ist in gewisser Hinsicht gleichbedeutend mit *Moksha*, der Befreiung. Nirwana bedeutet "Ausblasen" – ein Seufzer der Erleichterung, denn wer den Atem anhält, verliert ihn. Wer an seinem Ich, seinem Leben, seinem Atem oder seinem Geist festhält, hält sich an Gott fest. Dann stirbt alles ab und versteinert. Wer aber loslassen und ausatmen kann, kann auch wieder Atem holen. Das ist Nirwana.

Die buddhistische Lehre ist die höchste Form der Negativität. Die letzte Wahrheit wird als *Sunyata* beschrieben. Das bedeutet Leerheit – auf Japanisch *ku*, das Zeichen für Himmel oder Luft. Der zweite Buchstabe auf einem japanischen Luftpostumschlag lautet ku und bedeutet Leerheit. Mit diesem Zeichen wird Sunyata, Leerheit, ausgedrückt, das grundlegende Wesen der Realität, der Himmel. Aber der Himmel ist keine negative Leerheit – wir alle sind darin enthalten. Er umfasst alles, was geschieht. Aber in den Himmel kann man nun mal keinen Nagel schlagen – also auch nichts festnageln. Ebenso sagt der Buddhismus, dass man keinerlei Gegenstände braucht, um in die Weisheit eingeweiht zu sein. Man braucht keine Religion – keine Buddhastatuen, Tempel,

Gebetsketten und das ganze Drumherum. Wenn man aber zu der Erkenntnis gelangt ist, dass man das alles nicht braucht und ohne Religion auskommen kann, dann kann man sie sich zum Vergnügen leisten. Dann kann man getrost Gebetsketten verwenden, Glocken, Trommeln und Klappern schlagen und Sutren singen. Weiter bringen uns diese Dinge allerdings nicht, sondern sie führen nur zu Verrenkungen, wenn man auf diese Art versucht, die Dinge zu begreifen. Daher räumt jeder buddhistische Lehrer mit Illusionen auf – nicht weil er neunmalklug wäre, sondern aus Mitgefühl. So wie der Chirurg eine böse Wucherung entfernt oder der Zahnarzt einen faulen Zahn zieht, so befreit der buddhistische Lehrer von den Wahnideen, mit denen man an seinem Leben hängt und es gleichzeitig abtötet.

Es gibt zwei Arten des Buddhismus. Die eine nennt sich *Mahayana*. *Maha* ist das Sanskrit-Wort für groß – *yana* heißt Fahrzeug oder Beförderung. Die andere Richtung heißt *Hinayana* – kleines Fahrzeug – eine Bezeichnung, die aus dem Umfeld des Mahayana stammt und von den Anhängern des Hinayana nicht gern gehört wird. Sie bezeichnen sich selbst als *Theravada* – *vada*, Weg, *Thera* von den Älteren. Den Theravada-Buddhismus kann man auf Ceylon, in Burma, Thailand, Kambodscha und allgemein in Südasien finden. Mahayana-Buddhismus findet man in Nepal und Nordindien, woher er kommt, und in Tibet, China, der Mongolei, Japan und zu einem gewissen Grade in Indonesien. Alle Sekten des japanischen Buddhismus gehören zum Mahayana.

Worin liegt der große Unterschied zwischen diesen beiden Schulen? Das Theravada ist sehr streng und im Wesentlichen nur für Mönche, weniger für Laien gedacht. Theravada-Buddhisten streben danach, ohne Begierden zu leben – kein Bedürfnis nach Frauen oder Freundinnen, Männern oder Freunden zu haben, überhaupt nicht zu töten, ganz streng vegetarisch zu leben – ja, selbst das Wasser sieben sie erst, damit sie nicht aus Versehen kleine Insekten hinunterschlucken. Zu dieser strengen Lebensweise gehört auch ständiges Meditieren. So erreichen sie schließlich das Nirwana – den völligen Rückzug von der Welt der Erscheinungen.

Im Mahayana erkennt man in dieser Auffassung einen dualistischen Ansatz. Um das Nirwana zu erfahren, braucht man sich gar nicht aus dieser Welt zu entfernen, denn das, was vorhanden ist, ist bereits Nirwana – im Hier und Jetzt. Das menschliche Ideal, das der Mahayana-Anhänger verwirklichen will, ist das des *Bodhisattva*. Ursprünglich bezeichnete das Wort einen Menschen auf dem Weg zur Buddhawerdung. Im Mahayana aber versteht man darunter einen, der schon zum Buddha geworden, aber aus Mitgefühl für die Mitmenschen in die Welt zurückgekehrt ist, damit er ihnen auf ihrem Weg zur Erleuchtung beistehen kann. Das ist eine nicht enden wollende Aufgabe - man könnte genauso gut einen Brunnen mit Schnee zuschütten. So viel Schnee man auch hinabwirft - er wird nicht voll. Im Zenkloster bekundet man erst seine Ehrfurcht vor Buddha, seiner Lehre, dem Dharma, und vor der Sangha, der Ordensgemeinschaft der Buddha-Anhänger. Dann legt man vier Gelübde ab, von denen eines lautet: "So unendlich groß die Zahl der fühlenden Wesen auch sein mag - ich gelobe, sie alle zu befreien." Es nimmt also kein Ende, und der Moment, da alle Wesen befreit sind, kommt nie. Vom Standpunkt eines zum Buddha Gewordenen aus jedoch ist jeder Mensch befreit – anders ausgedrückt: Ein Buddha würde sich nicht hinstellen und sagen: "Hört mal, ich bin ein Buddha und deshalb erfahrener als ihr. Ich weiß mehr als ihr, und darum schuldet ihr mir Achtung." Stattdessen wären Sie alle nach Auffassung eines Buddha die richtigen Menschen am richtigen Ort und allesamt Buddhas. Und sollten Sie zur Zeit noch nicht wissen, dass Sie ein Buddha sind, so ist auch das im Augenblick ganz in Ordnung.

Für das grundlegende Verständnis der buddhistischen Lehre ist es wichtig zu erkennen, dass die gesamte Lehrmethode eine dialektische ist. Sie baut auf dem Dialog zwischen Lehrer und Schüler auf. Diese Dialogmethode wird auch als *Upaya* oder "geschickte Mittel" bezeichnet, die der Lehrer einsetzt, um den Schüler zur Erleuchtung zu bringen. In Verbindung mit Lehren steht Upaya für pädagogisches Können, im politischen Zusammenhang dagegen für Täuschung. Da es sich beim Buddhismus um einen Dialog handelt, ist das, was man gemeinhin als buddhistische Lehre bezeichnet, nicht einfach die Lehre, sondern die Eröffnung des Dialogs. Der Buddhismus ist nämlich keine Lehre, sondern eine Art der Erfahrung der Bewusstseinsveränderung, die man Erwachen oder

Erleuchtung nennt. Das bedeutet, dass wir unsere Wahrnehmung eines selbstständigen Ich als Täuschung durchschauen oder überwinden können. Der Buddhist hat nicht wie der Christ den Drang, seinen Glauben durch die Rückkehr zu den ältesten, ursprünglichsten Quellen zu erkunden. Im Christentum hat man sich immer gefragt: "Was hat Jesus wirklich gelehrt? Wie sieht das ursprüngliche Neue Testament aus – unverdorben von Theologen und Schriftgelehrten, die dem Herrn Worte in den Mund gelegt haben?"

Eine solche Haltung ist den Buddhisten unbekannt, weil sie sich in einem dialektischen Prozess befinden. Nehmen Sie eine Eichel – wenn Leben in ihr ist, wird sie sich zu einem Eichbaum entwickeln. Genau darum geht es - es soll etwas daraus entstehen, auch im Buddhismus. Dieser hat sich seit den Tagen Buddhas beträchtlich weiterentwickelt. In mancher Hinsicht ist er komplexer geworden, in anderer einfacher. Auf jeden Fall aber hat er sich grundlegend verändert, weil in dem von Buddha ausgesäten Samen Leben steckte. Wenn wir nach den Schriften des Buddhismus fragen, etwa möglicherweise zwei Antworten. In der südlichen (Theravada-)Schule gibt es eine Reihe von Schriften in der Pali-Sprache, unterteilt in drei Abteilungen.

Sie werden das *Tripitaka* – die drei Körbe – genannt, denn die auf Palmblättern niedergeschriebenen Manuskripte der Sutren wurden in Körben herumgetragen, und drei Körbe mit diesen Palmblattmanuskripten machen das buddhistische Schrifttum aus.

Was die Entwicklung dieser Schriften angeht, so haben jedoch weder Buddha noch seine unmittelbaren Schüler dazu etwas beigetragen. Es gilt festzuhalten, dass alle indischen Schriften aus einer Jahrhunderte langen mündlichen Überlieferung hervorgegangen sind. Wir können nicht sicher sein, wie sie zu datieren sind, denn in der mündlichen Überlieferung werden nicht unbedingt historische Bezugspunkte mitüberliefert. Nehmen wir an, wir sprechen über einen bestimmten König. Der Name des Königs markiert einen gewissen historischen Zeitpunkt. Nun wird in der mündlichen Überlieferung der Name des Königs jedes Mal, wenn die Geschichte neu erzählt wird, in den Namen des gerade regierenden Herrschers umgewandelt. Veränderliche Dinge, die einem

historischen Rhythmus folgen, so wie die Reihenfolge der Könige, werden durch die mündliche Überlieferung verändert. An dem aber, was sich nicht wandelt, etwa dem wesentlichen Kern der Lehre, wird nicht gerührt. Machen Sie sich also bewusst, dass die buddhistischen Schriften Jahrhunderte lang mündlich überliefert wurden – das erklärt ihre monotone Form.

Alles ist abgezählt - die Vier Edlen Wahrheiten, die Acht Schritte des Achtfachen Pfades, Zehn Fesseln, Fünf Skandhas, Vier Brahma-Viharas oder Meditationszustände, und so fort. Alles ist in Zahlenreihen festgehalten, damit es leicht auswendig gelernt werden kann. Formeln werden ständig wiederholt, um das Gedächtnis zu stützen. Wenn man sich hinsetzt und die Schriften des Pali-Kanon liest, fällt einem eine gewisse Monotonie auf, die offensichtlich das Auswendiglernen erleichtern sollte. Aber darüber hinaus haben vor der schriftlichen Niederlegung viele Mönche an regnerischen Nachmittagen Dinge hinzugefügt, die rein stilistisch von keinem inspirierten Lehrer stammen können. Sie haben Kommentare kommentiert – zum Teil ohne jeden Sinn für Humor. Ich denke da vor allem an eine Passage, in der Buddha Anweisungen zur Kunst der Meditation gibt. Dabei beschreibt er eine Reihe von Dingen, auf die man sich konzentrieren kann – etwa auf ein auf den Boden gezeichnetes Quadrat, auf die eigene Nasenspitze, auf ein Blatt oder einen Stein. Und dann steht da: "Oder auf irgendetwas". Der Kommentator schreibt dazu in einer Fußnote: "Solange es nichts Böses ist". So sind sie, die Geistlichen in aller Welt!

offensichtlich Solche Dinge sind ganz vorgekommen, aber dieses Zusammentragen von eigenen Schriften, die Buddha zugeschrieben werden, ist nicht in betrügerischer Absicht geschehen. Gemessen an unseren heutigen Standards der literarischen Authentizität ist das natürlich kein korrektes Vorgehen. Würde ich heute ein Dokument verfassen und es als Werk eines angesehenen Autors - D.T. Suzuki oder Goethe - ausgeben, beginge ich selbstverständlich ein Unrecht. Vor vielen hundert Jahren dagegen galt es im Osten wie im Westen als moralisch nicht akzeptabel, ein Buch der Weisheit unter dem eigenen Namen zu veröffentlichen, denn der Einzelne hat keinen Besitzanspruch auf solche Erkenntnisse. Deshalb stand auf einem Buch der Weisheit immer der Name des wahren Autors, der den Schreiber inspiriert

hatte. So können wir sicher sein, dass das Buch der Sprüche Salomos nicht von Salomo geschrieben wurde, aber es wurde ihm zugeschrieben, weil er Inbegriff der Weisheit war. Ebenso verfassten über die Jahrhunderte verschiedene buddhistische Mönche und Gelehrte etliche Sutren oder Schriften und schrieben sie Buddha zu. Das geschah aus einer wahren Bescheidenheit heraus. Sie drückten damit aus, dass die Lehren nicht aus ihnen selbst, sondern aus dem Buddha in ihnen hervorgegangen waren. Und deshalb waren sie Buddha zuzuschreiben. So gibt es über den Pali-Kanon hinaus ein gewaltiges Korpus an Schriften, ursprünglich in Sanskrit verfasst und dann ins Chinesische und Tibetanische übersetzt. Die ursprünglichen Sanskrit-Manuskripte sind nur ungenügend erhalten, aber es existieren durchaus vollständige chinesische und tibetanische Übersetzungen.

Der Mahayana-Schriftenkanon stützt sich hauptsächlich auf chinesische und tibetanische Quellen, die über den in Pali verfassten Theravada-Kanon hinausgehen. Pali ist eine dem Sanskrit nahe stehende Sprache. Auf Sanskrit heißt es "Nirwana", auf Pali "Nibbana", auf Sanskrit "Karma" auf Pali "Kamma" auf Sanskrit "Dharma", auf Pali "Dhamma". Die Ähnlichkeit beider Sprachen ist groß, aber die Aussprache und Ausdrucksweise des Pali fallen weicher und sanfter aus. Im Westen überwiegt unter Gelehrten allgemein die Auffassung, dass die Pali-Schriften der authentischen Lehre Buddhas näher stehen als die Sanskrit-Schriften. Vor unserem christlichen Hintergrund im Umgang mit Schriften hat sich im Westen eine starke Voreingenommenheit zugunsten der Authentizität der Theravada-Schule und gegen die Mahayana-Tradition herausgebildet.

Im Mahayana kennt man eine Hierarchie von Schriften. Die erste Stufe ist für ganz schlichte Gemüter. Dann folgen etwa vier weitere Stufen, die bis zu den Menschen mit der höchsten Erkenntnis reichen. Die Schriften der höchsten Stufe sollen die Predigten enthalten, die Buddha zuerst seinen vertrautesten Schülern hielt. Von diesem inneren Zirkel zog die Lehre immer weitere Kreise und nahm schließlich die Form des Pali-Kanons an – Schriften für die Begriffsstutzigen. Was Buddha aber zuerst gepredigt hatte, wurde erst lange, lange nach seinem Tod bekannt. So fällt es den Anhängern des Mahayana nicht

schwer, glaubwürdig zu begründen, warum die Sanskrit-Schriften eine Stufe der historischen Entwicklung buddhistischer Ideen darstellen, die unmöglich zu Buddhas Lebzeiten hätte erreicht werden können. Sie sagen aber auch, dass die Lehre, die zuletzt bekannt wurde, in Wirklichkeit die Lehre war, die an Schüler weitergegeben wurde, die Buddha am nächsten standen.

Diese unterschiedlichen Perspektiven gilt es für uns zu berücksichtigen, und wir dürfen nicht einfach unsere westlichen Standards historischer Kritik und Dokumentation auf das buddhistische Schrifttum übertragen. Denn der Buddhismus ist dadurch gekennzeichnet, dass er sich im Dialog entwickelt. Die ersten Schritte dieses Dialogs finden sich in den vermutlich ältesten Aufzeichnungen des Buddhismus. In den Vier Edlen Wahrheiten heißt es, das Problem, dem sich der Buddhismus gegenüber gestellt sieht, sei das Leiden. Dieses Wort Duhkha, das wir als "Leiden" wiedergeben, ist das Gegenteil von Suhkha. Suhkha steht für "Süße" und für "Erfreuliches". Duhkha ist sein Gegenteil, das Bittere, Unerfreuliche. Nun sagen uns die Anhänger des Mahayana, dass Buddha immer mit einer dialektischen Methode arbeitete. Wenn also die Menschen das Streben nach Glück zum Ziel ihres Lebens machen wollten, setzte er gegen diese falsche Einstellung die Ansicht, dass das Leben im Wesentlichen voller Elend ist. Wenn die Menschen der Auffassung waren, jeder von uns besitze ein fortdauerndes, ewiges Ich, und sich an diesem Ich festhielten, dann trat er dieser einseitigen Auffassung entgegen und lehrte das andere Extrem, nämlich dass es in uns kein festes Ich gibt. Der Anhänger des Mahayana aber sagt, dass die Wahrheit in der Mitte liegt – weder Suhkha noch Duhkha, weder Atman noch Anatman - Ich und Nicht-Ich. Das ist der springende Punkt.

R. H. Blyth wurde einmal von seinen Studenten gefragt: "Glauben Sie an Gott?" Und er antwortete: "Wenn Sie daran glauben, glaube ich nicht daran, aber wenn Sie nicht daran glauben, dann glaube ich daran." In ähnlicher Weise richtet sich alle buddhistische Pädagogik nicht an die Menschen im Allgemeinen, sondern an den Einzelnen, der sich mit einem Problem auseinandersetzt. Wenn dieser die Dinge in einer Weise überzeichnet, überzeichnet sie der Lehrer in der entgegengesetzten Richtung, damit man die Mitte erreicht. So bedeutet die

Betonung des Lebens als Leidensweg schlicht, dass unsere Schwierigkeiten im Schmerz begründet sind. Wir Menschen finden es ungerecht, in eine Welt hineingeboren zu werden, in der wir für die Freude, die wir an ihr empfinden, einen Preis bezahlen müssen – der für Freuden so empfängliche Körper kann auch großen Qualen ausgesetzt werden. Das ist eine ausgesprochene Gemeinheit, und was können wir dagegen tun? Das ist die Frage.

In dem Buddha-Wort "Die Ursache des Leidens liegt in der Begierde" sollte man das Wort "Begierde" vielleicht besser mit "Heißhunger", "Anhaften" oder "Festklammern" übersetzen. Er sagt nämlich: "Ich glaube, man leidet, weil man begehrt." Wenn das so ist, kann man sich ja bemühen, nichts zu begehren, und sehen, ob das Leiden aufhört. Das Problem lässt sich auch anders stellen, indem man jemandem sagt: "Im Grunde ist alles Einbildung. Es gibt weder Gut noch Böse, denn das entsteht erst durch unser Denken." Wer also seinen Geist beherrscht, braucht darüber hinaus nichts anderes zu kontrollieren. Wer seinen Geist beherrscht, braucht keine Kontrolle über den Regen. Und wenn man nass wird, dann ist es nur der Geist, der einem sagt, dass dieser Zustand ungemütlich ist. Mit genügend geistiger Disziplin kann man vergnügt und zufrieden im Regen herumlaufen und braucht kein Feuer, um sich zu wärmen. Wer aber seinen Geist wie der normale Sterbliche nur ungenügend unter Kontrolle hat, der fängt vor Kälte zu schlottern an, denn er setzt der Kälte Widerstand entgegen. Wer sich der Kälte geistig entspannt hingibt, dem wird sie nichts anhaben. Es kommt darauf an, seinen Geist zu beherrschen. So kann man das Problem auch angehen.

Wenn sich nun der Schüler darauf einlässt, stellt er fest, dass es gar nicht so leicht ist, wie es klingt. Es ist nicht nur äußerst schwierig, nichts zu begehren oder Kontrolle über den Geist zu gewinnen – die ganze Geschichte kommt ihm reichlich verrückt vor. Und genau das soll er auch herausfinden: Wenn man nämlich versucht, nichts zu begehren, so begehrt man, dem Leiden zu entkommen. Man begehrt, nicht zu begehren. Hierbei handelt es sich nicht etwa um Spitzfindigkeiten, sondern es geht darum, dass derjenige, der der Realität entkommen will, immer noch ihren Schrecken fühlt. Sie verfolgt ihn wie in Francis Thompsons Gedicht "Hound of Heaven". Und selbst wenn er nicht zu

entkommen sucht, will er doch noch immer entkommen. Das ist die eigentliche Erkenntnis, auf die der Schüler mit dieser Methode selbst kommen sollte. Der erste methodische Schritt besteht nicht darin, dies alles zu erläutern, sondern man führt ein Experiment durch – man versucht, nichts zu begehren oder seinen Geist vollkommen zu beherrschen. Damit man zur Einsicht gelangt, muss man etwas Derartiges durchmachen, bis man erkennt, dass man in einem Teufelskreis gefangen ist. Hinter dem Versuch, seinen Geist zu beherrschen, steckt das Bedürfnis, sich festzuhalten und sich zu schützen, ein Mangel an Vertrauen und Liebe. Wenn der Schüler das begriffen hat, kehrt er zum Lehrer zurück und sagt: "Meine Schwierigkeit liegt darin, dass ich meine Wünsche nicht ausschalten kann, denn das Bemühen, dies zu tun, ist ja auch schon ein Wunsch. Ich kann meine Selbstsucht nicht auslöschen, denn wenn ich die Selbstsucht aufgebe, tue ich dies aus Selbstsucht."

Dieses Dilemma hat ein chinesischer Klassiker des Buddhismus so formuliert: "Wenn der Falsche die richtigen Mittel verwendet, bewirken die richtigen Mittel das Falsche." Die richtigen Mittel sind die traditionellen Praktiken. Sie üben Zazen und verwandeln sich in einen Buddha. Wer aber nicht schon ein Buddha ist, kann auch keiner werden, denn dann ist er der Falsche, der die richtigen Mittel verwendet. Wenn er sie aus Selbstsucht oder Furcht einsetzt, wenn er sich vor Leid fürchtet oder einer unangenehmen Lage entkommen will, dann muss diese Motivation zum Scheitern führen. Das herauszufinden war der Zweck der Übung.

Im Laufe der Zeit verfeinerten die Schüler Buddhas dieses dialektische Vorgehen immer mehr und bezeichneten es als Madhyamika, den Weg der Mitte. Diese Form der buddhistischen Praxis und Lehre wurde von Nagarjuna entwickelt, der ungefähr um 200 n. Chr. lebte. Im Grunde wird dabei lediglich logisches Denken auf die bereits bekannten Dialogformen angewandt, doch Nagarjuna trieb es insofern auf die Spitze, als er systematisch alles, woran sich der Schüler festhielt, unterminierte und in Frage stellte. Er zerfetzte jedwede intellektuellen Formulierungen und Gedankengebäude, mit denen der Schüler das Wesen der Realität und des Ich erfassen wollte.

Nun mag Ihnen das wie eine Art Gesellschaftsspiel oder geistige Gymnastik erscheinen, aber wenn Sie sich darauf einließen, würden Sie bald anders denken. Man kann dabei wahrhaft das Fürchten lernen und an den Rand des Wahnsinns gebracht werden, denn ein Lehrer, der die Methode beherrscht, kann seinen Schüler in ein zitterndes Häufchen Unsicherheit verwandeln. Ich habe mit angesehen, wie dies mit ganz gewöhnlichen Zeitgenossen aus dem Westen geschah, die glaubten, es ginge nur um ein freundliches abstraktintellektuelles Geplänkel. Im Laufe der Diskussion gelingt es dem Lehrer, herauszufinden, an welchen Prämissen sich jeder einzelne seiner Schüler festhält.

Was ist die Grundlage seelischer Gesundheit? Worauf gründen Sie Ihr Leben? Wenn er dies bei jedem seiner Schüler herausgefunden hat, beginnt der Zerstörungsprozess. Er beweist Ihnen, dass Sie auf dieser Grundlage Ihr Leben nicht aufbauen können, zeigt Ihnen, wie inkonsequent und töricht Ihre Auffassung ist, wenn man sie zu Ende denkt. Schließlich dreht der Schüler den Spieß um und sagt: "Sie machen es sich ganz schön leicht, mir ständig den Boden unter den Füßen wegzuziehen. Was haben Sie dagegenzusetzen?" Und der Lehrer antwortet: "Nichts." Er ist schließlich nicht dumm. Er setzt nichts entgegen, was man seinerseits auseinandernehmen könnte. Nun hat man folgendes Problem: Wenn man nichts anbietet, was auseinandergenommen werden kann, dann kann man mit dem Lehrer nicht Pingpong spielen. Möglicherweise sagen Sie: "Das habe ich nicht nötig." Aber irgendwie nagt es doch an Ihnen, vielleicht haben Sie es doch nötig. Also spielen Sie die nächste Runde Pingpong, und der Lehrer macht wieder alles zunichte, woran Sie sich festhalten.

Dieses Spiel kann einen Menschen regelrecht traumatisieren und zu akuten Angstzuständen führen, die man nicht erwarten würde, würde man das Ganze als rein abstraktintellektuelle Diskussion betrachten. Wenn man sich schließlich darüber klar wird, dass man keinem seiner Weltbilder wirklich trauen kann, möchte einen schon das Grauen packen. Was den Schüler aber bei Verstand hält, ist die Disziplin und die Atmosphäre, für die der Lehrer sorgt, und die Tatsache, dass der Lehrer selbst ja auch gut ohne festes Weltbild leben zu

können scheint. Der Schüler schaut ihn an und sagt: "Wenn er damit leben kann, kann ich es womöglich auch." Daraus gewinnt er Zuversicht und kommt zu dem Schluss, dass vielleicht doch nicht alles Wahnsinn ist, denn der Lehrer scheint auf seine Art völlig normal zu sein.

## 2. Der Weg der Mitte

Ich möchte betonen, dass die fernöstlichen Religionen – Hinduismus, Buddhismus und Taoismus – keinen Glauben an etwas ganz Bestimmtes voraussetzen. Sie verlangen kein Einhalten von Geboten eines höheren Wesens oder von bestimmten Riten. Ihr Ziel ist keine Idee oder Doktrin, sondern die Umwandlung des Bewusstseins und des Selbstgefühls.

Ich verwende hier ganz bewusst das Wort "Gefühl", denn kein anderes Wort drückt so sehr die direkte sinnliche Empfindung aus. Wenn Sie die Hand auf eine Tischecke legen, können sie diese ganz deutlich fühlen. Und wenn Sie sich Ihrer Existenz bewusst sind, ist auch das ein ganz deutliches Gefühl. Nun erscheint aber aus der Sicht der östlichen Schulen und Disziplinen unsere alltägliche Empfindung, wer wir sind und wie wir leben, als Halluzination. Sich selbst als ein in einen Hautsack verpacktes getrenntes Ich zu empfinden, von dem Handlungen und Bewusstsein ausgehen, völlig abgetrennt von der übrigen Welt, ist aus östlicher Sicht eine Halluzination. Sie sind kein Fremder auf dieser Erde, den eine Laune der Natur in unsere Welt verschlagen hat, und Sie sind auch kein Geist, der aus einem gänzlich außernatürlichen Bereich hierher gefunden hat. Ihr ganzes Dasein besteht aus der gesamten Energie dieses Universums, das sich auf das Spiel eingelassen hat, Sie zu sein. In der Welt wird grundsätzlich immer Verstecken gespielt. Die gewaltige Realität, die einheitliche Energie, die das Universum ausmacht, spielt das Spiel der vielfachen Identität und erscheint in allen Einzelwesen, die uns umgeben. Dies ist das grundlegende Verständnis, auf dem Hinduismus, Buddhismus und Taoismus aufbauen.

Der Buddhismus entstand kurz nach 600 v. Chr. in Nordindien in der Nähe des heute als Nepal bekannten Gebietes. Aus einem jungen Fürsten mit Namen Gautama Siddharta wurde der Mann, den wir Buddha nennen. "Buddha" ist ein Titel, der sich von der Sanskrit-Wurzel *budh*, wach sein, herleitet. Ein Buddha ist ein Mensch, der aus dem Lebenstraum, in dem wir normalerweise befangen sind, erwacht ist und entdeckt hat, wer wir in Wahrheit sind. Dies ist keineswegs ein neuer Gedanke, denn im hinduistischen Gedankengut gab es bereits die

Vorstellung von Buddhas, erwachten Menschen, die erstaunlicherweise einen höheren Rang einnahmen als Götter. Nach hinduistischer Auffassung sind nämlich auch Götter und Engel – die Devas – ans Rad des Lebens gebunden und im ständigen Wettlauf um Erfolg, Vergnügen, Tugend (was sich von "taugen" herleitet), magische Kräfte oder andere erstrebenswerte Dinge. Sie sitzen einer Illusion auf, die sie ans Rad des Lebens kettet: dem Glauben, dass Positives und Negatives als Gegensätze ohne einander auskommen. Darin liegt ein Trugschluss. Um zu wissen, was "Sein" heißt, muss man ihm "Nichtsein" gegenüberstellen. Wenn eine Medaille eine Vorderseite hat, setzt das voraus, dass auch eine Rückseite existiert. Der Versuch, nur das Positive ohne das Negative zu erreichen, gleicht dem Versuch, die Gegenstände in einem Raum so anzuordnen, dass alles oben ist und nichts unten. Es ist einfach nicht zu machen – ein wahrhaft unlösbares Problem.

Das Leben beruht auf Einheit. Für die meisten Menschen besetzen Rot und Blau die beiden entgegengesetzten Seiten des Farbspektrums, aber wenn sie in der Farbe Lila zusammenkommen, schließen sie in Wirklichkeit einen Kreis. Lila ist die Mischung von Rot und Blau. In gleicher Weise sind alle Wahrnehmungen und Empfindungen, alle Erfahrungen auf einem Punkt eines Wahrnehmungskreises angesiedelt. Jeder Mensch zieht für sein Handeln ständig alle verfügbaren Erfahrungsvarianten heran. Man kann sich nicht nur auf einen Punkt auf dem Erfahrungskreis beziehen, ohne die anderen zu kennen. Selbst wer nur seine Lieblingsfarbe Lila haben will, braucht Rot und Blau, denn ohne diese kommt sie nicht zustande.

Ich weiß wohl, dass hinter den verschiedenen Farben des Spektrums das weiße Licht steht. Hinter allem, was wir erfahren, unseren verschiedenen Empfindungen von Klang, Farbe, Form und Berührung, steht immer auch das weiße Licht, doch ich verwende hier den Ausdruck im übertragenen, nicht im wörtlichen Sinne. Und dennoch liegt aller Empfindung ein einziger Sinn zugrunde. Wenn Sie Ihre Empfindungen ausloteten und sie auf einen zugrunde liegenden Sinn zurückführen würden, dann wären Sie auf dem Weg zur Realität, zu dem, was alles trägt, dem Grund des Daseins, der Grundenergie. In dem Maße, in dem Sie sich dieser Grundenergie bewusst werden und wissen, dass

Sie in ihr aufgehen, transzendieren, überwinden und überschreiten Sie die Illusion, dass Sie nur Otto Normalverbraucher, Klara Maier oder wer auch immer sind. Buddha, der Mann, der erwachte, wird als ein Buddha unter Myriaden potentieller Buddhas betrachtet. Jeder kann zum Buddha werden. Alle Menschen tragen in sich die Fähigkeit, aus der Illusion, ein eigenständiges Wesen zu sein, zu erwachen.

Die Lehren Buddhas werden in sich immer erweiternder Differenzierung in Blöcke von Regeln unterteilt. Wir schauen zunächst auf die Vier Edlen Wahrheiten des Buddhismus. Hier begegnen wir auch den Drei Kennzeichen des Daseins, dem Achtfachen Pfad, den Fünf Gelübden und den Drei Zufluchten. Solche mit Zahlen verbundenen Aussagen machen es leichter, die buddhistische Lehre zu verstehen.

Ehe Gautama zu seiner Buddha-Natur erwachte, übte er sich in den verschiedenen Disziplinen, die der Hinduismus seiner Zeit anbot. Er empfand sie aber deshalb als unbefriedigend, weil sie die Askese allzu sehr betonten, die von den Menschen verlangte, so viele Schmerzen wie möglich auszuhalten. Damals war man der Auffassung, dass man, wenn man das Leid als Hauptschwierigkeit im Leben ansah, das Leid durchstehen müsse. Aus diesem Grunde legen sich manche Asketen auf Nagelbetten, halten eine Hand so lange sie können in die Luft, leben von einer einzigen Banane am Tag, verzichten auf Sex und tun sonst allerlei seltsame Dinge. Wenn sie den Schmerzen die Stirn boten und furchtlos so viel ertrugen wie möglich, so glaubten sie, das Problem des Schmerzes überwinden zu können und sich selbst von aller Angst befreien. Das hat einiges für sich, denn wenn Sie Schmerzen nicht im Geringsten fürchten würden und darüber keine Besorgnis oder Bedenken empfänden, würde Sie das ungeheuer stark machen, und Ihr Mut könnte enorm anwachsen.

Aber Buddha konnte tiefer sehen. Er war im Grunde der erste Psychologe, den die Geschichte kennt. Er sah, dass ein Mensch, der den Schmerz bekämpft und versucht, die Schmerzempfindung loszuwerden, in seinem tiefsten Inneren immer noch Angst vor Schmerzen hat. Deshalb führt Askese nicht ans Ziel, und ihr Gegenteil, der Hedonismus, auch nicht. Buddha entwickelte daher eine

Lehre, die sich der Weg der Mitte nennt und weder asketisch noch hedonistisch ist.

Diese Lehre wird in den so genannten Vier Edlen Wahrheiten zusammengefasst. Die erste Edle Wahrheit ist *Duhkha*, was ganz allgemein Leiden bedeutet. Man könnte es genauso gut als chronische Frustration bezeichnen. Das Leben der meisten Menschen ist Duhkha – mit anderen Worten der Versuch, unlösbare Probleme zu lösen, die Quadratur des Kreises zu bewerkstelligen, Licht ohne Dunkelheit und Dunkelheit ohne Licht zu erreichen. Der Versuch, Probleme zu lösen, die im Grunde unlösbar sind, und sein ganzes Leben daran zu arbeiten, ist Duhkha.

Diese erste der Vier Edlen Wahrheiten unterteilte Buddha in die Drei Kennzeichen des Daseins. Das erste dieser Kennzeichen ist *Duhkha*, also die Frustration selbst.

Das zweite ist *Anitya* – Nicht-Dauer. Jede Lebenserscheinung ist vergänglich. Mit unserem Streben, den Dingen Dauer zu verleihen, alles zu ordnen und zu reparieren, sehen wir uns einem unlösbaren Problem gegenüber gestellt. So erfahren wir Duhkha, einen tief gehenden Schmerz und die Frustration, die daher rührt, dass wir versuchen, vergängliche Dinge unvergänglich zu machen.

Das dritte Kennzeichen des Daseins ist *Anatman*. Das Wort *Atman* heißt "selbst" – *Anatman* heißt "Nicht-selbst". Im Zusammenhang mit dem Hinduismus habe ich schon an anderer Stelle erläutert, dass die Vorstellung von einem Ich eine soziale Konvention ohne physische Realität ist. Ich ist ein Zeichen, das Sie für sich verwenden – so wie das Wort "Wasser" ein Laut ist, der eine bestimmte reale Flüssigkeit bezeichnet, ohne dieselbe zu sein. Ich steht für die Rolle, die Sie spielen, ist aber nicht identisch mit Ihnen als lebender Organismus. Ihr Ich hat nicht das Geringste damit zu tun, wie Sie die Farbgebung Ihrer Augen, die Gestaltung Ihres Körpers oder Ihren Blutkreislauf steuern. Das tun nämlich Sie, und nicht Ihr Ich, das ja nicht einmal weiß, wie man so etwas macht. Anatman bedeutet also zunächst, dass das Ich nicht real ist – es existiert nicht.

Damit kommen wir zur zweiten der Vier Edlen Wahrheiten, genannt *Trishna*. Das Sanskrit-Wort Trishna ist verwandt mit unserem Wort "Durst". Es wird in der Regel mit "Begierde" übersetzt, aber man sollte es besser als "Anhaften" oder "Festkleben" wiedergeben. Im modernen amerikanischen Slang kennt man das Wort "Hang-up" und das trifft es genau: dieses Hängenbleiben.

Eine Mutter etwa, die äußerst besorgt ist, ihre Kinder könnten in Schwierigkeiten geraten, und sie daher übermäßig beschützt, hindert sie nur am Heranwachsen – das ist Trishna. Wenn Liebende so sehr aneinander hängen, dass sie das Bedürfnis haben, Dokumente zu unterschreiben, in denen sie einander unentwegte, ewige Liebe versprechen, so ist das Trishna. Wenn man sich selbst so stark am Riemen reißt, dass man sich schon stranguliert, ist auch das Trishna.

Die zweite Edle Wahrheit führt zur ersten zurück – Leiden wird durch Anhaften geschaffen. Wer nicht begreift, dass diese ganze Welt eine Phantasmagorie, eine bestaunenswerte Illusion, dass sie Schall und Rauch ist, und sich an ihr festhalten will, muss schweres Leid ertragen.

Trishna gründet sich seinerseits auf *Avidya*. Avidya ist Unwissenheit. Das Wort bedeutet "ignorieren" und "übersehen". Wir bemerken nur, was uns bemerkenswert erscheint – und dadurch entgeht uns so Manches. Unsere Sicht der Realität ist selektiv – wir suchen uns ein paar Dinge aus und behaupten, sie seien das Universum. Ebenso sehen wir eher die Figur als den Hintergrund. Wenn ich beispielsweise einen Kreis auf die Tafel zeichne, sieht der Betrachter einen Ball, einen Kreis oder einen Ring. Dabei habe ich eine Mauer mit einem Loch gezeichnet. Sehen Sie? In ähnlicher Weise glauben wir, Freude ohne Schmerz erleben zu können. Wir wollen die Freude, die Figur, und merken nicht, dass Schmerz der Hintergrund ist. Dieser Zustand des eingeschränkten Bewusstseins oder der eingeschränkten Aufmerksamkeit ist Avidya. Durch diesen Zustand gefesselt, bewegen wir uns durch das Leben und richten unser Augenmerk bald auf dieses, bald auf jenes Extrem und sind uns nicht bewusst, dass "Sein" "Nicht-Sein" voraussetzt und umgekehrt.

Die dritte Edle Wahrheit heißt Nirwana. Dieses Wort bedeutet "ausatmen". Sie wissen, dass Atem Leben ist – eine Vorstellung, die auch dem griechischen Wort Pneuma zugrunde liegt. Es kann sowohl Atem als auch Geist bedeuten. Als Gott in der Genesis die Lehmfigur Adam geschaffen hatte, blies er ihm durch die Nase Leben ein und erweckte ihn so zum Dasein. Leben ist Atem. Wer aber seinen Atem festhält, der verliert das Leben. Wer sein Leben retten will, muss es verlieren. Atmen Sie immer nur ein, um so viel Leben zu erhaschen wie möglich, dann halten Sie sich daran fest und verlieren es. So bedeutet Nirwana ausatmen – einen tiefen Seufzer der Erleichterung von sich geben. Lassen Sie den Atem des Lebens los, denn dann wird er zu Ihnen zurückkehren. Wenn Sie ihn aber nicht loslassen, ersticken Sie. Ein Mensch im Zustand des Nirwana ist im Ausatmen begriffen. Lassen Sie los, halten Sie nicht fest, und Sie erreichen den Nirwana-Zustand.

Ich betone noch einmal, dass ich Ihnen keine Vorträge darüber halte, was Sie mit Ihrem Leben zu tun haben. Ich erläutere Ihnen vielmehr den Zustand der Welt, wie er wirklich ist. Das hat mit Moralismus nicht das Geringste zu tun. Wer seine Hand ins Feuer steckt, verbrennt sich. Wenn Sie sich verbrennen wollen – bitte schön. Aber wenn Sie sich nicht verbrennen wollen, sollten Sie die Hand nicht ins Feuer halten. Genau so ist es, wenn Sie nicht in einem Zustand der Besorgnis leben wollen. Wer gern mit Angst lebt, der soll es tun. Im Buddhismus wird niemand gedrängt, sondern man sagt: "Man hat die ganze Ewigkeit zur Verfügung, um in verschiedener Gestalt zu leben und muss es deshalb nicht in einem einzigen Leben schaffen, der ewigen Verdammnis zu entgehen. Wem es Vergnügen macht, kann in der Tretmühle des Lebensrades bleiben, solange er will. Und wenn man es irgendwann nicht mehr so lustig findet, sich ständig Sorgen zu machen, muss man den eingeschlagenen Weg nicht fortsetzen." Damit ist mancher ganz und gar nicht einverstanden und wendet ein: "Wir müssen den Kampf gegen das Böse aufnehmen und die Welt in Ordnung bringen. Wir müssen es so einrichten, dass alles gut und nichts schlecht ist." Das können Sie gern versuchen – niemand hat etwas dagegen. Wenn sich diese Versuche als vergeblich erweisen, können Sie loslassen. Sie können das Festhalten aufgeben. Wenn Sie auf diese Weise locker lassen, erreichen Sie den Zustand des Nirwana und werden ein Buddha. Das ist

natürlich eine erstaunliche Wandlung, aber Sie können ja behutsam damit umgehen und Ihr Buddhatum vor Ihren Mitmenschen verbergen, um sie nicht zu verwirren.

Buddha hat erklärt, dass eine Lehre oder Methode ein Floß darstellt manchmal auch Yana genannt – ein Fahrzeug oder Transportmittel. Wenn man einen Fluss mit einem Floß überquert hat und am anderen Ufer ankommt, hebt man das Floß nicht aus dem Wasser, um es sich für den Rest der Reise auf die Schulter zu laden. Menschen, die sich an einer Religion festhalten, sind immer auf dem Floß und fahren hin und her. Der Geistliche wird zum Fährmann, der immer auf dem Floß ist und das andere Ufer nie erreicht. Auch das hat natürlich etwas für sich. Wie sonst soll man das Floß wieder zum Ausgangsufer bekommen, um weitere Menschen überzusetzen? Es muss jemanden geben, der freiwillig die Rückreise auf sich nimmt. Man muss sich aber auch klar machen, dass das eigentliche Ziel darin liegt, die Menschen ans andere Ufer zu bringen und sie zu befreien. Wer seine Aufgabe darin sieht, die Menschen überzusetzen, bittet sie nicht, mit ihm wieder auf dem Floß zurückzufahren. Die Menschen dürfen nicht das Floß als das Ziel sehen – sie müssen begreifen, dass es nur ein Transportmittel zum anderen Ufer ist, und dieses andere Ufer ist das eigentliche Ziel. Wenn Geistliche sagen: "Wir möchten, dass Sie einen freiwilligen Beitrag leisten", und keiner weiß, wie viel Geld er geben soll, ist das eine Bindung an die Vorstellung vom Floß.

Wir kommen jetzt zur vierten Edlen Wahrheit, *Marga* genannt. Dieses Wort bedeutet "Pfad". Der Weg des Buddhismus wird oft auch als der "Edle Achtfache Pfad" bezeichnet. Das bezieht sich auf die acht Übungsmethoden, aus denen sich diese letzte der Vier Edlen Wahrheiten zusammensetzt. Die acht Schritte lassen sich in drei Phasen aufteilen, die aber nicht notwendig so aufeinander folgen, sondern in beliebiger Reihenfolge praktiziert werden können. Sie werden mit dem Wort *samyak* beschrieben, das zwar in der Regel als "recht" wiedergegeben wird, aber eigentlich die gleiche Bedeutung hat wie unser Wort "Summe" – total, vollständig, allumfassend. Auch das Wort "integral" wäre ein denkbares Synonym für samyak – die Integrität eines Menschen besteht darin, dass alles an diesem Menschen zusammengehört und nicht in sich gespalten ist.

Die erste Phase des Achtfachen Pfads der vierten Edlen Wahrheit besteht aus drei Komponenten – der rechten Betrachtung, der rechten Überlegung und der rechten Rede. Die rechte Ansicht, *samyak drishti*, hängt mit *samyak darshan* zusammen – das bedeutet ein Gesichtspunkt oder Betrachten. Wenn man zu einem großen Guru oder Lehrer geht, um *darshan* zu erlangen, schaut man den Lehrer an und bezeigt ihm seine Ehrerbietung. Darshan hat viele Bedeutungen, aber im Grunde heißt es betrachten oder eine Aussicht betrachten.

Als Beispiel für die rechte Betrachtung wollen wir über die rechte Betrachtung des Sternbildes des Großen Wagens nachdenken. Wenn wir aus unserer spezifisch irdischen Perspektive in den Weltraum schauen, so scheint es, als würden die Sterne ganz natürlich diese Formation bilden und dies auch immer tun. Stellen Sie sich aber einmal vor, Sie betrachteten diese Sterne von einem ganz anderen Ort im Weltraum. Die Sterne würden nun nicht mehr aussehen wie ein Wagen. Ihre Lage zueinander hätte sich geändert. Wie sieht denn nun die wirkliche Beziehung dieser Sterne zueinander aus? Es gibt keine? Man könnte aber genauso gut sagen, die wahre Beziehung dieser Sterne zueinander zeigt sich, wenn man sie von allen Standpunkten aus gleichzeitig betrachtet. Das wäre die Wahrheit. Doch so etwas wie die Wahrheit gibt es nicht – mit anderen Worten, die Welt existiert nicht unabhängig von denen, die sie wahrnehmen. Ihre Existenz leitet sich von der Existenz einer Beziehung zwischen der Welt und ihren Betrachtern her. Wenn es also auf der Welt keine Augen gäbe, würden die Sonne und die Sterne kein Licht ausstrahlen. Was existiert, existiert in einer Beziehung. Man kann beispielsweise zwei Stöcke aufstellen, indem man sie gegeneinander lehnt. So stehen sie, aber nur, weil sie sich gegeneinander lehnen. Nehmen Sie einen weg, fällt der andere um. So lehrt man im Buddhismus, dass jedes Ding im Universum von allen anderen Dingen abhängig ist.

Das nennt man die Lehre von der wechselseitigen Abhängigkeit. Alles hängt an Ihnen, und Sie hängen an allem – genau wie die beiden Stöcke, die einander stützen. Diese Vorstellung wird in dem Bild von Indras Netz vermittelt. Stellen Sie sich ein mehrdimensionales Spinnennetz voller Tautropfen vor. Jeder Tautropfen enthält die Reflexion aller anderen Tautropfen, und in jedem

reflektierten Tautropfen ist auch die Reflexion dieser Reflexion enthalten – und so geht es endlos weiter. Dies ist das Bild der buddhistischen Vorstellung vom Universum. Die Japaner nennen es *ji ji muge*. Ji bedeutet Ding, Ereignis oder Geschehen. Muge heißt "keine Trennung". Zwischen Geschehen und Geschehen gibt es also keine Trennung.

Die zweite Phase der vierten Edlen Wahrheiten hängt mit Handlung zusammen und besteht aus drei weiteren Pfaden – des rechten Handelns, des rechten Broterwerbs und der rechten Anstrengung. Die buddhistische Vorstellung von Ethik ist vom praktischen Zweck bestimmt. Wenn Sie den Weg zur Befreiung eingeschlagen haben und Klarheit in Ihrem Bewusstsein anstreben, müssen Ihre Handlungen mit diesem Ziel in Einklang stehen. Darum hält sich der Buddhist an die Drei Zufluchten und legt Fünf Gelübde ab.

Die Drei Zufluchten sind der Buddha, das Dharma oder die Lehre, und die Sangha oder Gemeinschaft derer, die sich auf den Weg begeben haben. Die Fünf Vorschriften lauten: davon absehen, anderen Geschöpfen das Leben zu nehmen, zu nehmen, was einem nicht gegeben wird, Leidenschaften auszunutzen, falsch zu reden und sich zu berauschen.

tötet, sich mit den Folgen seiner muss Handlung auseinandersetzen. Wer stiehlt, muss erdulden, was mit den Folgen dieser Handlung verbunden ist. Wer seinen Leidenschaften nachgibt, muss dafür zahlen. Viele Menschen, die zu dick sind, füllen im Grunde eine seelische Leere, wenn sie Essen in sich hineinstopfen. Sie lösen aber nicht das eigentliche muss sich mit den Problem. Wer lügt, Folgen seines auseinandersetzen – dass nämlich sprachliche Mittel versagen. Diese fünf Vorschriften sind also ein rein praktischer und utilitaristischer Moralansatz.

Die letzte Phase des Achtfachen Pfades betrifft den Geist, oder Bewusstseinszustand, und hängt mit dem zusammen, was wir gemeinhin als Meditation bezeichnen. Diese Phase umfasst die beiden letzten Aspekte des Pfades, den siebenten und achten. Sie heißen samyak smriti und samyak samadhi.

Smriti bedeutet Erinnerung oder Besinnung. Erinnern heißt, sich etwas ins Gedächtnis rufen, ein geistiges Sammeln dessen, was verstreut umherliegt. Das Gedächtnis steht im natürlichen Gegensatz zum Zerstreuen und Zerstückeln. So heißt es in der Abendmahlsliturgie: "Tut dies zu meinem Gedächtnis." – Die Essenz des geopferten Christus soll erinnert werden – so wie nach einer alten Liturgie der über die Hügel verstreute Weizen sich im Brot wieder vereint. Nach hinduistischer Auffassung ist auch das Ich, die Gottheit, über die ganze Welt in eine Vielzahl von Erscheinungen verstreut. Erinnern bedeutet also, nicht zu vergessen, dass hinter der Vielheit die Einheit liegt.

Das kann man sich auch auf andere Weise vorstellen. Im Grunde ist es dieselbe Weise – aber das möchte ich nicht näher erläutern, denn ein paar Rätsel müssen Sie schon noch selbst lösen. Die andere Art des Erinnerns liegt im völligen Dasein im Hier und Jetzt.

Es gab einmal einen weisen Mann, der über diese Dinge Vorträge hielt. Er stand vor seinen Zuhörern, ohne ein Wort zu sagen. Er schaute nur sein Publikum an – warf einen langen, prüfenden Blick auf jeden Einzelnen, bis es allen recht ungemütlich wurde. Kein Wort fiel. Dann schrie er plötzlich los: "Wacht auf! Ihr schlaft ja alle!"

Sind Sie da und gesammelt? Die meisten Menschen sind es nämlich nicht. Sie machen sich Gedanken über gestern und denken darüber nach, was sie morgen tun wollen. Sie sind überhaupt nicht hier – sie sind "nicht ganz da". Wer ganz da ist, ist nicht nur im Oberstübchen richtig, sondern er ist vollkommen gesammelt und aufmerksam und steht für die Erfordernisse des Augenblicks voll zur Verfügung. Nur in der Gegenwart ist man überhaupt wirklich. Gestern existiert nicht. Morgen kommt nie. Es gibt nur heute. Ein herrlicher Sanskrit-Spruch lautet: "Schau auf diesen Tag, denn er ist das Leben. In seinem kurzen Ablauf liegt die ganze Wirklichkeit unseres Daseins. Gestern ist nur eine Erinnerung. Morgen ist nur eine Vision. Schau deshalb diesen Tag gut an."

Nach Smriti, dem Erinnern und Gesammeltsein, dem Ganz-da-Sein, kommt der letzte Schritt des Achtfachen Pfades, samyak samadhi. Samadhi ist ein

umfassendes Bewusstsein, in dem es keine Trennung zwischen Wissendem und Gewusstem gibt, zwischen Subjekt und Objekt. Man ist, was man weiß.

In unserer gewöhnlichen Vorstellung sind wir Zeugen eines ständig sich wandelnden Panoramas der Erfahrung, und mit der Kenntnis dieser Erfahrung stehen wir als Betrachter abseits. Wir stellen uns unseren Geist als eine Art Tafel vor, auf der die Erfahrung aufgezeichnet wird. Schließlich wird die Tafel durch die vielen aufgezeichneten Erfahrungen zerkratzt und abgenutzt, und dann sterben wir. Es gibt aber keinen Unterschied zwischen dem Wissenden und dem Gewussten. Das kann ich Ihnen nicht in Worten erklären – das können Sie nur selbst herausfinden. Wenn ich sage: "Ich sehe einen Anblick – ich fühle ein Gefühl" – dann drücke ich mich redundant aus. "Ich sehe" setzt einen Anblick voraus, "ich fühle" ein Gefühl. Hören Sie Geräusche? Nein, Sie hören einfach, oder Sie könnten auch sagen, es gibt Geräusche. Sie brauchen nur einen dieser Sätze. Wenn Sie sich in den Vorgang des Erfahrungsammelns vertiefen, stellen Sie fest, dass Erfahren und Erfahrung dasselbe sind. Dies ist der Samadhi-Zustand.

Ich habe zuvor schon einmal gesagt, dass ein Organismus und seine Umgebung einen einzigen Verhaltensprozess bilden. Das will ich nun anders formulieren: Der Wissende und das Gewusste sind identisch. Sie als Wahrnehmender, mit allem, was Sie wahrnehmen, sind ein einziger Prozess. Das ist der Samadhi-Zustand.

Den Samadhi-Zustand erreichen Sie durch Meditation. Praktisch jede Buddhafigur, die Sie sehen, befindet sich im Zustand der Meditation. Sie sitzt ruhig da und nimmt alles wahr, was um sie herum geschieht, ohne sich dazu zu äußern, ohne darüber nachzudenken. Wenn man aufhört, in Kategorien einzuordnen, in Worte zu fassen, ein Selbstgespräch zu führen, dann wird der Unterschied zwischen Wissendem und Gewusstem, dem Ich und seinem Gegenüber aufgehoben. Worin besteht denn überhaupt der Unterschied? Können Sie auf das zeigen, was meine Finger voneinander unterscheidet? Es gibt kein Ding, das Unterschied heißt, sondern es handelt sich um eine Abstraktion, die in der physischen Welt keine Entsprechung hat.

Damit ist keineswegs gesagt, dass meine Finger alle gleich sind. Sie sind weder unterschiedlich noch gleich. Unterschiedlichkeit und Gleichheit sind Ideen. Auf eine Idee kann man nicht mit dem Finger zeigen. Das meinen Buddhisten, wenn sie sagen, dass die Welt im Grunde *sunya*, leer, ist. Alles ist sunya. Man kann die Welt in einem Netz aus Vorstellungen nicht besser fassen als Wasser in einem tatsächlichen Netz. Sunya bedeutet nicht, dass die Welt und die in ihr enthaltene Energie ein Nichts sind, sondern dass es kein gültiges Ideenbild dieser Welt gibt. Keine Vorstellung, kein Glaube, keine Lehre, kein System und keine Theorie sind in der Lage, das Universum zu erfassen.

Wer "ausatmet", wer also die Konzepte loslässt, befindet sich im Zustand des Nirwana, und kein Mensch kann das erklären. Wenn Sie diesen Zustand erreichen, entsteht aus Ihnen heraus eine Welle dessen, was Buddhisten als *Karuna*, Mitgefühl, bezeichnen. Das ist das Gefühl, dass Sie nicht von allen anderen abgetrennt sind, sondern dass alle anderen genauso leiden wie Sie. Es ist ein überwältigendes Gefühl der Gemeinsamkeit mit allen anderen Wesen. Darum zieht sich ein Mensch, der das Nirwana erreicht, nicht aus der Welt zurück, sondern er kehrt aus der Samadhi in sie zurück. Wenn er sich nun mit ihren Schwierigkeiten und Problemen auseinandersetzt, dann geschieht dies in einem Zustand der Erneuerung und erfüllt von Mitgefühl für seine Mitmenschen.

Das ist das Geheimnis des Weges der Mitte. Sie können nicht als alleiniges Wesen errettet werden, denn Sie sind nicht allein. Sie sind kein einzelner Punkt auf einem Kreis. Sie sind kein Endpunkt des Spektrums, von allen anderen Punkten getrennt. Sie sind der ganze Kosmos.

## 3. Die Religion der Nicht-Religion

Ich konnte bereits auf die Bodhisattva-Lehre des Mahayana-Buddhismus eingehen und habe ihre Beziehung zu zwei Hauptströmungen der indischen Spiritualität dargestellt – die Strömung der Weltabgewandtheit oder Jenseitigkeit – und die der Weltbejahung. Ich habe gezeigt, dass ein Buddha der höchsten Stufe in mancher Hinsicht ein NichtBuddha ist.

Ein Buddha der höchsten Stufe ist wie ein gewöhnlicher Mensch. Das wird an verschiedenen Tendenzen im Zen deutlich. So sind alle für den Zen typischen Gemälde der chinesischen und japanischen Tradition weltlicher Natur. Sie atmen eine nichtreligöse Atmosphäre, wohingegen die älteren japanischen Shingon- und Tendai-Sekten religiöse Gemälde hervorgebracht haben. Man merkt sofort, dass diese Gemälde ein religiöses Thema haben. In der Zen-Malerei aber geht man mit philosophischen und spirituellen Themen auf eine weltliche Art um.

Dieser Sinn fürs Profane in der Malerei zeigt sich in den Werken Sengais, eines Zen-Mönchs aus dem Japan des 17. Jahrhunderts. Wenn ein Künstler wie Sengai Buddha malt, schlüpft auch ein bisschen Humor in das Bild – der Heiligenschein ist über das eine Ohr gerutscht, und Buddha bekommt so etwas Lockeres, Schräges. Dieser Stil stammt aus China von den Künstlern der großen Sung-Dynastie, wie z. B. Liang Kai, der den sechsten Patriarchen wie einen rechten Dorftrampel beim Bambusschneiden dargestellt hat. Die Themen der größten Zen-Gemälde sind nicht im geringsten religiös. Kiefernzweige, Felsen, Bambus und Gräser werden dargestellt, und niemand käme auf den Gedanken, es handele sich um religiöse Sinnbilder.

Das Gleiche gilt für die Dichtkunst, auf die wir später noch genauer eingehen werden. Die Zen-Dichtkunst wird in einem Ausspruch des chinesischen Dichters Laie P'ang ganz wunderbar auf den Punkt gebracht: "Wundersame Handlung, übernatürliche Kräfte, Holzhacken und Wasserschleppen." Das mag für den Zen-Geschmack etwas zu fromm sein. Da lobt man sich doch Bashos

berühmtes Gedicht: "Der alte Tümpel; ein Frosch springt hinein. Platsch." "Platsch" ist wohl die angemessenste Übersetzung für das japanische *mizu no oto* – wörtlich "das Geräusch des Wassers". Das ist ein Zen-Gedicht höchster Kunst, weil es nichts über Religion aussagt. Ein anderes Gedicht von Basho lautet: "Wie herrlich, wenn ein Blitz aufzuckt. Er denkt nicht über die Flüchtigkeit des Lebens nach." Der Blitz ist eine buddhistische Formel für die Vergänglichkeit der Welt – das Leben geht vorbei und schwindet so schnell wie ein Blitz. Es ist bewundernswert, sagt der Dichter, nicht von einem Klischee beschränkt zu sein.

Alle religiösen Aussagen über das Leben werden letzten Endes zu Klischees. Alle Religion läuft Gefahr, zu zerfallen, und kämpft dagegen mit Lippenbekenntnissen und nachahmendem Verhalten an. Dafür ist Nachfolge Christi ein hervorragendes Beispiel. Die Vorstellung, dass jeder, der Christus nachahmt, eine Art Jesus-Verschnitt wird, ist einfach schauderhaft. Genauso gibt es im Buddhismus allerlei Buddha-Verschnitte – nicht nur die, die auf vergoldeten Altären sitzen, sondern auch diejenigen, die in den Klöstern herumsitzen. Man kann sagen, dass die höchste Stufe der Religiosität und Vergeistigung keine Spuren der Religiosität und Vergeistigung zeigt. Das wird im Buddhismus in dem Bild der Spur der Vögel am Himmel ausgedrückt – oder, mit den Worten eines chinesischen Gedichts: "Wenn er den Wald betritt, stört er kein Grashälmchen, und wenn er ins Wasser geht, kräuselt er nicht seine Oberfläche."

Mit anderen Worten: Dem spirituell Fortgeschrittenen ist äußerlich keine bewusste Religiosität anzumerken, und es ist diesen Menschen auch nicht unangenehm, dass man ihnen diesen fortgeschrittenen Grad der Spiritualität nicht anmerkt. Da gibt es nicht wie bei den Protestanten diesen verhohlenen Stolz auf Schlichtheit als implizite Kritik am prunkvollen Zeremoniell der katholischen Kirche.

Historisch gesehen steht hinter der protestantischen Kritik der Unaufrichtigkeit des katholischen Prunks aber etwas anderes – er kostet Geld. Der Protestantismus nahm nämlich seinen Anfang in den bürgerlichen

Handelsstädten – Augsburg, Hamburg und Genf. Die dort herrschende Klasse der Kaufleute, das Fundament des Bürgertums also, ärgerte sich jedes Mal, wenn an einem kirchlichen Feiertag alle Arbeitskräfte frei bekamen, um zur Messe zu gehen. Es gab so viele dieser lästigen Feiertage, und außerdem bestimmte die Kirche bei etlichen Gelegenheiten, welchen Beitrag der Einzelne zu entrichten hatte - für eine Totenmesse oder für seine Erlösung aus dem Fegefeuer. Dies alles empfanden die Kaufleute als unwirtschaftlich. Das Geld floss, statt in ihre Tasche, in die der Priester, und so diffamierten sie die Pracht der katholischen Kirche als im Widerspruch zur Bibel stehend, als gottlos und als verschwenderisch. Sie suchten nach einer schlichten, einfachen Alternative. So wurde es allmählich ein Zeichen echter Frömmigkeit, auf Zeremoniell, farbenfrohe Gewänder und Prunk in den Kirchen zu verzichten und sich so alltäglich wie möglich zu geben. Das bedeutet nun aber nicht, dass sich Frömmigkeit nicht äußerlich zu erkennen gibt – denn die Schlichtheit und der Verzicht auf Ritual ist an sich schon ein Zeichen von Frömmigkeit. So stellte man zur Schau, wie vergeistigt man war.

Ein wahrer Bodhisattva tut sich weder in der einen noch in der anderen Weise hervor – er erscheint weder besonders fromm noch betont nichtreligiös.

Wie aber kann man weder fromm noch unfromm sein? Genau das ist die Schwierigkeit. Wie kann man dem Dilemma entkommen, entweder das eine oder das andere zu sein? Es gleicht der Frage: "Sind Sie Theist oder Atheist?" Der Theist ist durch Gott gefangen – durch die Vorstellung von Gott oder den Glauben an Gott. Dem Atheisten geht es aber nicht besser. Wer etwa Atheist ist, weil ihm die Vorstellung nicht behagt, dass Gott ihn überall beobachtet und in seinem Privatleben herumschnüffelt, ist in seiner Ablehnung Gottes durch die eigene Vorstellung von Gott gefangen. Atheisten, die sich zu ihrem Nichtglauben an Gott bekennen, sind sehr fromme Menschen. Niemand glaubt so sehr an Gott wie der Atheist: "Es gibt keinen Gott. Und ich bin sein Prophet." Der wahre Bodhisattva-Zustand lässt sich schwer festlegen, denn er ist weder fromme Erhabenheit noch plakative Säkularität. Das Entscheidende liegt woanders, und selbst Menschen, die glauben, das höchste Ziel des Buddhismus sei es, ein gewöhnlicher Mensch zu sein, haben dies Entscheidende übersehen.

In der Kunst - der Malerei und Dichtkunst - findet sich ein Element der sich aus der gewöhnlichen Nichtreligiosität, das Erscheinung buddhistischen Heiligen speist. Und doch lässt uns der Umgang mit der nichtreligiösen Thematik immer wieder stutzen. Dies war es auch, was ursprünglich mein Interesse an der östlichen Philosophie weckte. Chinesische und japanische weltliche Malerei hatten mich völlig in ihren Bann gezogen – die Darstellung von Blumen, Gräsern und Bambusstauden. Irgendetwas an dieser Darstellung setzte mich in Erstaunen, trotz der Alltäglichkeit des Gegenstandes. Schon als Kind wollte ich herausfinden worin das Besondere dieser Gräser und Bambusstauden lag. Sicherlich schulten diese Maler meinen Blick für Gras und Bambus, aber darüber hinaus war da noch etwas in den Bildern, das ich nie recht fassen konnte. Dieses Etwas möchte ich die Religion der Nicht-Religion nennen. Darin liegt die höchste Errungenschaft eines Buddha – es lässt sich nicht entdecken, denn es hinterlässt keine Spuren.

Einige unter Ihnen kennen vielleicht die zehn Ochsenbilder. Man unterscheidet zwischen zwei Folgen dieser Bilder, einer heterodoxen und einer orthodoxen. In der heterodoxen Reihe wird der Ochse, nachdem er gefangen ist, allmählich weißer, bis er am Ende ganz verschwindet, und das letzte Bild zeigt einen leeren Kreis. Die orthodoxe Reihe endet aber nicht mit dem Kreis, sondern es folgen zwei weitere Bilder. Nachdem der Mann den Zustand der Leerheit - den Zustand des Nicht-Festhaltens an irgendeiner spirituellen, psychischen oder moralischen Krücke – erreicht hat, folgen also noch zwei Schritte. Das erste dieser beiden Bilder heißt "Rückkehr zum Ursprung" und zeigt einen Baum an einem Bach. Das letzte heißt "Einzug in die Stadt mit gabenverteilenden Händen". Es zeigt ein Bild des Buddha Putai – auf Japanisch als Hotei bekannt – mit seinem gewaltigen Bauch, großen Ohren und einem riesigen Sack. Was glauben Sie wohl, was in diesem Sack steckt? Gerümpel, herrliches Gerümpel, wie es Kinder lieben. Jeder andere hätte diese Dinge längst als wertlos befunden und weggeworfen. Dieser Buddha aber hat sie eingesammelt und verteilt sie an Kinder. Man sagt: "Er geht seinen Weg, ohne den alten weisen Männern zu folgen. Seine Tür ist verschlossen (die Tür seines Hauses), und man kann keinen Blick in sein Inneres erhaschen."

Mit anderen Worten: Wenn man ein Gebäude errichtet, muß man verschiedene Gerüste aufstellen. Daran erkennt man, dass hier gebaut wird. Wenn das Gebäude jedoch fertig gestellt ist, baut man das Gerüst wieder ab. Dieses Gerüst ist die Religion. Im Zen sagt man: Um eine Tür zu öffnen, ist es manchmal nötig, mit einem Ziegelstein daran zu klopfen, aber wenn die Tür erst geöffnet ist, trägt man den Ziegelstein nicht hinein. Ebenso braucht man ein Boot, um einen Fluss zu überqueren, aber wenn man am anderen Ufer angekommen ist, hebt man das Boot nicht auf, um es auf dem Rücken über Land zu tragen. Der Ziegel, das Boot, das Gerüst – alle stehen für die Technik oder Methodik der religiösen Unterweisung und werden später nicht mehr gebraucht. Der Heilige ist nicht in der Kirche zu finden. Das allerdings darf man nicht ganz wörtlich nehmen. Der Heilige kann ohne Weiteres in die Kirche gehen, ohne durch die Kirche befleckt zu werden. Gewöhnliche Menschen sind es, die allzu oft aus der Kirche kommen und förmlich vor Frömmigkeit stinken.

Ein Schüler fragte einst einen großen Zen-Meister: "Mache ich Fortschritte?" Der sagte: "Es geht schon ganz gut – bis auf einen kleinen Fehler."

"Und der wäre?"

"Du hast zu viel Zen im Kopf."

"Nun", meinte der Schüler, "wenn man Zen studiert, ist es doch ganz natürlich, dass man davon spricht."

Der Meister sagte: "Es ist viel besser, wenn du ganz alltägliche Gespräche führst."

Ein anderer Mönch stand dabei und hörte diesen Wortwechsel. Er fragte den Meister: "Warum sprecht Ihr so ungern über Zen?"

Der Meister antwortete: "Weil sich einem dabei der Magen umdrehen kann." Was wollte er damit sagen? Dass man über Zen am besten wie über alltägliche Dinge spricht? Als Altmeister Joshu gefragt wurde: "Was wird bleiben, wenn am Ende unserer Geschichtsepoche alles vom Feuer zerstört wird?" Da antwortete Joshu: "Heute morgen ist es mal wieder ganz schön windig."

Wenn einem im Zen eine religiöse Frage gestellt wird, gibt man eine weltliche Antwort. Wird man etwas Weltliches gefragt, gibt man eine religiöse Antwort. "Wie sieht die ewige Natur des Ich aus?" "Heute morgen ist es mal wieder ganz schön windig."

Als ein Schüler seinen Meister bat, ihm ein Messer zu geben, reichte dieser es mit der Klinge zuerst. Der Schüler sagte: "Reicht mir doch bitte das andere Ende." "Was willst du denn mit dem anderen Ende machen?" fragte der Meister. Sehen Sie? Der Schüler ging vom Alltäglichen aus und sah sich plötzlich einem metaphysischen Problem gegenüber. Hätte er aber mit der Metaphysik angefangen, hätte er es mit dem Messer zu tun bekommen.

Um uns in die Religion der Nicht-Religion zu vertiefen, müssen wir zunächst das begreifen, was man als die höchste Errungenschaft der Philosophie des Mahayana-Buddhismus bezeichnen könnte. Sie findet sich in der gedanklichen Tradition, die auf Chinesisch *Hua-yen* und auf Japanisch *Kegon* genannt wird. Kegon ist die gedankliche Grundlage des Zen. Es gab einen großen chinesischen Meister namens Tsung-mi oder Shumitsu auf Japanisch, der zugleich Zen-Meister und der fünfte Patriarch der chinesischen Hua-yen-Sekte war. Hua bedeutet "Blume", Yen "Girlande". Blumengirlande heißt auch ein langes Sanskrit-Sutra, das Avatamsaka – auf Japanisch als Kegon-kyo bekannt. Ein Thema dieses umfangreichen, visionären Sutra sind die so genannten vier Dharma-Welten. Ich möchte hier erläutern, was darunter zu verstehen ist.

Zunächst gibt es eine Daseinsebene, die auf Japanisch *Ji*, auf Chinesisch *Shih* heißt. Das ist die Welt der Dinge und Ereignisse – gewissermaßen die Welt des gesunden Menschenverstandes, die Alltagswelt, die unsere Sinne normalerweise wahrnehmen. Nun hat das chinesische Zeichen Shih vielerlei Bedeutung. Es kann "Gegenstand" oder "Ereignis" bedeuten, aber auch "wichtige Angelegenheit". Es kann auch "eine Rolle spielen", "etwas vorgeben oder angeben" heißen. Ein Zen-Meister wird auf Chinesisch als *buji* bezeichnet, das bedeutet "kein Geschäft, kein Rollenspiel, nichts Besonderes". In einem Gedicht heißt es: "Auf dem Berg Lu ist der Nebel voll Regen, und der Zhe-Fluss führt Hochwasser. Wenn du nicht dort warst, ist dein Herz mit Sehnsucht gefüllt.

Aber wenn du dort warst und zurückgekehrt bist, war es nichts Besonderes. Nebelnässen auf einem Berg und ein Fluss mit Hochwasser."

Nichts Besonderes – das ist buji. Wir denken immer, dass das Nicht-Besondere gewöhnlich sein muss, aber buji heißt nicht gewöhnlich. Paradoxerweise – jedenfalls für uns – heißt es, dass Berg und Fluss auf dieselbe Weise nichts Besonderes waren, wie Menschen ohne Religion die am aufrichtigsten religiösen Menschen sein können. Es sind nicht einfach gewöhnliche, unwissende Leute, auch wenn sie zunächst so wirken. Erst muss man wissen, was sie wissen, bevor man ihren Wert erkennt. Das "nichts Besonderes" des buji bedeutet, dass das Besondere im Inneren nicht ins Auge springt. Die Welt des *Ji* ist im Allgemeinen die Welt des Einzelnen, die Welt der Vielfalt. Es ist die Welt, die wir als die empfinden, in der wir leben – die erste der vier Dharma-Welten.

Die zweite Dharma-Welt wird auf Japanisch ri genannt, auf Chinesisch li. Im Chinesischen steht dieses Zeichen für die im Jadestein zu findende Musterung, für Maserungen im Holz oder für die Fasern der Muskeln – also für ein organisches Ordnungsprinzip. In der Hua-yen-Philosophie bedeutet das Wort li oder ri das Universale, das allem Einzelnen zugrunde liegt, die Einheit hinter der Vielfalt, das vereinigende Prinzip im Unterschied von shih oder ji, womit das Differenzierungsprinzip bezeichnet wird.

Wer die Natur der Welt betrachtet, geht von ji aus. Man nimmt zuerst alle einzelnen Dinge in der Welt wahr und ist von ihrer Vielfalt und dem Umgang mit dieser Vielfalt verwirrt. Mit zunehmendem Begreifen nimmt man auch die Beziehungen wahr, in denen jedes Ding mit den anderen steht und erkennt schließlich die dahinter liegende Einheit. Die Vielfalt der Welt löst sich in der Einheit auf.

Hier aber stößt man auf ein Problem. Man kann die Welt als Einheit, aber auch als Vielfalt sehen. Wie zum Teufel aber lassen sich diese beiden Sichtweisen zusammen bringen? Wenn man als Geschäftsmann, im Familienleben oder in anderen Gebieten praktische Ergebnisse sehen will, muss man sich mit dem Einzelnen beschäftigen. Auf das Einzelne kommt es an. Man muss Äpfel von Birnen unterscheiden können. Wenn man aber ein Heiliger, ein Mönch oder

Einsiedler wird – vielleicht auch ein Dichter oder Künstler –, dann muss man diese praktischen Dinge vergessen und sich der Einheit zuwenden, der geheimen Bedeutung, die allem zugrunde liegt. Dann aber sagen die praktisch ausgerichteten Menschen: "Du versagst bei der Arbeit. Du gehst dem Leben aus dem Weg." Sie betrachten die Welt des Einzelnen als die einzig wirkliche Welt. Aber der Heilige sagt: "Eure einzelnen Dinge sind nicht wirklich. Der Erfolg, den ihr damit erreicht, ist nicht von Dauer und wird in einigen Jahren vergehen wie alles andere auch. Was habt ihr von eurem Erfolg, wenn ihr tot seid?" Vom Standpunkt dessen, der sein Augenmerk auf die zugrunde liegende Einheit richtet, haben solche Erfolge keinen Realitätswert.

Um das Problem des Zusammenbringens der beiden ersten Dharmawelt-Sichtweisen zu lösen, müssen wir uns in die dritte dieser Welten begeben, die *ri ji muge* genannt wird. Der Name dieser Welt wird aus den Namen der ersten beiden gebildet und mit muge kombiniert, was "kein Hindernis" bedeutet. Das heißt: Zwischen ri und ji, zwischen der Einheit und den Besonderheiten der Welt gibt es kein Hindernis. Die Welt des Universalen und die Welt des Besonderen sind nicht unvereinbar. Um das zu verdeutlichen, nehmen wir als Beispiel zwei ganz verschiedenartige Dinge – Form und Farbe – und sehen, wie sie zu vereinen sind. Eine Form kann keine Farbe sein, eine Farbe keine Form, aber Farbe und Form kommen in demselben Gegenstand zusammen. Denken Sie sich Farbe und Form als die zwei ersten Dharmawelten. Sie können in einem Gegenstand – etwa einem Kreis – vereint werden, um so – bildlich gesprochen – die dritte Dharmawelt zu formen.

Ein vollkommen in sich abgerundeter Mensch verkörpert die dritte Dharmawelt. Er hat seine spirituelle und seine materielle Seite, schaut über diese Welt hinaus, in der er zugleich lebt. In diesem Sowohl als auch, dem völligen Der-Welt-zugewandt-Sein und Dem-Jenseits-zugewandt-Sein unter Vermeidung jeder Einseitigkeit liegt das Höchste, was wir Menschen erreichen können. Man kann vom weltlichen Standpunkt aus gesehen ein ausgesprochen erfolgreiches Leben führen und über alle Annehmlichkeiten verfügen, man kann im schönsten Haus wohnen, das schmackhafteste Essen, die großartigsten Yachten und Autos besitzen, aber wenn einem die Berührung mit dem

Mystischen fehlt, wird der materielle Erfolg schließlich absolut öde werden, und man wird ihn satt bekommen. Andererseits gibt es gänzlich spirituell ausgerichtete Menschen, die in einer kargen, trockenen Welt ohne jeden Luxus leben und eine ungeheure Intensität ausstrahlen. In der Gegenwart eines übermäßig spirituellen Menschen ist man immer angespannt und fühlt sich nie recht wohl.

Für Menschen, die in einer westlich geprägten Umgebung groß geworden sind, ist es oft überraschend, dass im Osten Menschen von hoher Spiritualität oft auch ausgesprochen sinnlich sind. Sie sind nicht das, was wir unter Materialisten verstehen, aber auch keine Sinnesmenschen von der Art, dass sie die Welt nur für ihr eigenes Vergnügen nutzten. Dafür ist die Welt zu herrlich. Menschen zum Beispiel sind viel zu wunderbare Wesen, um ausschließlich als sinnliche Objekte behandelt zu werden. Auch ein sehr sexuell ausgerichteter Mensch hat außerdem noch so viele wunderbare Seiten, dass es sich lohnt, die Ganzheit seiner wunderbaren Persönlichkeit neben seinen sinnlichen Qualitäten zu ergründen.

Im Westen gerät man immer wieder von Neuem mit der Sinnlichkeit in Konflikt. So hat man beispielsweise in der Kirche einen Pfarrer, der von jedermann verehrt wird und allen ein gutes Beispiel gibt – bis auf einmal der Skandal ruchbar wird, dass er ein Verhältnis mit seiner Haushälterin hat.

Wenn so etwas geschieht, denken die Menschen im Westen meistens, dass nun alles verloren sei, dass der Glaube abgewirtschaftet habe und nur noch ein Scherbenhaufen übrig sei. All das nur, weil ein Geistlicher nicht rein im Geiste lebte, sondern auch eine verborgene sinnliche Seite hatte. Im Westen begegnen wir oft dieser Art von Einseitigkeit – einem Übermaß an Materialismus oder an Spiritualität, denn in unserer Welt schließen die beiden einander aus. In der dritten Dharmawelt des ri ji muge aber sehen wir, dass es keine Trennung zwischen dem Spirituellen und dem Materiellen gibt.

Das Erreichen dieser Welt erscheint vielleicht als die höchstmögliche Errungenschaft. Aber es liegt noch eine weitere Welt dahinter – sie heißt *ji ji muge*. Nun ist plötzlich ri, die Welt der Einheit, verschwunden, aber zwischen ji

und ji, dem Besonderen und dem Besonderen, gibt es immer noch kein Hindernis. Zwischen einem Ereignis und allen anderen Ereignissen gibt es kein Einanderausschließen – nichts, das an eine zugrunde liegende Einheit geknüpft werden muss. Das ist die höchste Lehre des Mahayana-Buddhismus. Es ist die Vorstellung von der gegenseitigen Durchdringung oder der wechselseitigen Abhängigkeit aller Dinge, wie sie das Bild von Indras Netz symbolisiert, dessen Prinzip im Avatamsaka Sutra dargestellt wird.

Stellen Sie sich ein mehrdimensionales Spinnennetz am frühen Morgen vor, wie es mit Tautropfen bedeckt ist – und dieses Spinnennetz ist so groß, dass es den ganzen Kosmos überzieht und in vier, fünf, sechs oder mehr verschiedenen Ebenen existiert. An jedem Schnittpunkt sitzen wie regenbogenfarbige Edelsteine die Tautropfen, und jeder von ihnen reflektiert jeden anderen Tropfen. So sieht man auch die Reflektion in den anderen Tautropfen, in denen sich wieder die Reflektion der Reflektion bis ins Unendliche spiegelt.

Das ist die Mahayana-Vorstellung von der Welt. Kein Ding, kein Ereignis kann ohne die Existenz aller anderen Dinge bestehen. Jedes Ereignis setzt alle anderen Ereignisse voraus. Jedes Ereignis, ja das ganze Universum hängt von jedem einzelnen Ereignis oder Ding ab. Es sagt sich leicht: "Ich hänge vom Universum ab. Ohne alles andere könnte ich nicht existieren." Der logische Umkehrschluss ist schon weniger leicht nachzuvollziehen – nämlich dass das Universum von mir abhängt. Man könnte ja sagen: "Schließlich gab es das Universum schon, bevor ich da war. Und wenn ich sterbe, wird es weiterhin bestehen. Wie kann man also sagen, dass das ganze Universum von mir abhängt?" Ganz einfach – ohne Ihre Eltern würden Sie nicht existieren. Damit Sie existieren, mussten erst einmal Ihre Eltern existieren, und daran ändert sich auch mit dem Tod der Eltern nichts. Daher sind Sie von Ihren Eltern abhängig, auch wenn diese längst gestorben sind.

In gleicher Weise wird das Universum immer noch von Ihnen abhängen, der Tatsache, dass Sie da gewesen sind, wenn Sie schon verschwunden sind, und sollten Sie noch nicht geboren sein, so hängt das Universum von Ihrem künftigen Erscheinen ab. Die Tatsache, dass Sie existieren, sagt etwas aus über

das Universum, in dem wir leben – es hat Sie hervorgebracht. Sie sind symptomatisch für die Welt, in der wir leben, so wie ein Apfel verrät, von was für einer Art Baum er kommt: Er sagt uns etwas über die Funktion eines solchen Baumes.

Eine Welt, die Otto Normalverbraucher hervorbringt, an dem nichts Bemerkenswertes ist und der auch niemandem besonders im Gedächtnis bleibt, hängt doch in ihrem Bestand von Otto Normalverbraucher ab, obwohl er ein unscheinbares Wesen ist, und ebenso hängt sie von jeder Fruchtfliege, jeder Mücke, jeder Schwingung eines Mückenflügels ab – von jeder ihrer Erscheinungen, so kurz diese auch sein mögen.

Damit will ich sagen, dass alles, was existiert, alles andere voraussetzt, und dass alle anderen Dinge in ihrer Gesamtheit, die wir als Universum bezeichnen, ihrerseits jeden einzelnen Gegenstand und jedes einzelne Ereignis voraussetzen. Darin liegt die Bedeutung von Indras Netz. Wenn Sie an einer Kette ein Glied anheben, heben Sie zugleich alle anderen Glieder auf. Im Zen nennt man das "einen Grashalm aufheben und ihn als sechzehn Fuß hohen goldenen Buddha verwenden." Ein einziges, von allen anderen Ereignissen losgelöstes Ereignis gibt es nicht. Das einzig mögliche Geschehen ist alle überhaupt möglichen Geschehen. Ein Atom kann man als das einzig mögliche Atom betrachten – der einzig mögliche Gegenstand ist alle Gegenstände. Die Erscheinungen des Universums, die wir Dinge nennen, setzen alle einander voraus. Nur im Bezug auf das, was wir nicht sind, können wir wissen, was wir sind. Wir können uns nur als Ich empfinden, wenn wir das Andere spüren. Das Ich setzt das Andere voraus, so wie hinten vorne voraussetzt. Alles hängt von Ihrem Leben ab, so kurz oder so lang es auch sein mag. Wenn es Sie nicht gäbe, geschähe nichts. Die ganze Welt trägt Ihre Handschrift und wäre ohne Sie nicht die Welt, die sie ist.

Sie wissen vielleicht, was es mit der Vermenschlichung oder Anthropomorphisierung der Natur auf sich hat. Im 19. Jahrhundert entstand die Vorstellung, es sei völlig verfehlt und nicht zu rechtfertigen, menschliche Gefühle auf die Außenwelt zu übertragen. Der Wind in den Kiefern seufzt nicht

- das Seufzen ist eine Projektion von Gefühlen auf das Geräusch. Nicht die Sonne ist glücklich – Sie projizieren Ihr eigenes Glück auf die Sonne, die da scheint. Die Sonne hat kein Gefühl – sie ist schließlich kein Mensch. Der Dichter sagt: "Am Waldessaume träumt die Föhre", und der Logiker antwortet: "Nein, der Dichter träumt – nicht die Föhre!" Grässlich. Wenn der Logiker Recht hätte, könnte man gleich alle Dichtung verbieten lassen. Dabei stimmt es aber tatsächlich, dass die Föhre träumt, wenn der Dichter träumt, denn es ist dieselbe Welt, die sich in der Föhre wie im Dichter offenbart. Dichter und Föhre gehören zusammen. Eine Welt mit Föhre setzt eine Welt mit Dichter voraus. So kann man - durch das Wirken des Dichters - tatsächlich sagen, die Föhre träumt. Man kann Dichter und Föhre nicht trennen, ohne das Universum zu zerstören, ebenso wenig wie man Hände und Füße vom Körper abtrennen kann, ohne ihn zu zerstören. In diesem Sinne ist die ganze Welt vermenschlicht. Die Ablehnung der Anthropomorphisierung der Natur, die da sagt, alles außerhalb unserer Haut ist nicht menschlich, dürfen wir einfach nicht ernst nehmen. Man will uns einreden, dass außerhalb unserer Haut nur stumme und blinde Kräfte am Werk sind und die menschliche Welt nur innerhalb unserer Haut existiert. Die ganze Welt ist eine menschliche, und das hängt nicht nur von der Menschheit als Ganzes ab, sondern auch von jedem einzelnen Menschenwesen.

Die ganze Welt trägt gewissermaßen Ihren persönlichen Schriftzug. In dem Augenblick aber, in dem Sie sich selbst als wesentlich für das Bestehen der Welt begreifen, wird Ihnen plötzlich auch die Kehrseite der Medaille bewusst: Sie als Person hätten keinen Bestand ohne die Existenz alles anderen und aller anderen Menschen. Damit ich Alan Watts sein kann, brauche ich alle einzelnen anderen menschlichen Wesen – auch ihr Anderssein, über das ich keine Kontrolle habe. Was ich auch tue, sie werden sie selbst sein, und ich bin auf alles angewiesen, wodurch ich mich von ihnen unterscheide, so wie sie von allem abhängen, was sie von mir unterscheidet. Ich befinde mich in einer merkwürdigen Lage. In dem Augenblick, in dem ich kein Ich mehr habe und sage: "Ohne euch bin ich nichts", erkenne ich, dass ich die Hauptperson bin und alle anderen von mir abhängen. Wenn mir nun dieses Dasein als Hauptperson zu Kopf steigt, stelle ich aber fest, dass ich ohne die anderen nichts bin. Sobald ich glaube, mich in einem Zustand zu befinden, verkehrt er sich in sein Gegenteil. Das ist ji ji muge,

die vierte Dharmawelt. In ihr regiert jedermann und niemand. Das Ganze regelt sich selbst. In diesem Sinne ist die Welt eine riesige Demokratie, und jeder Mensch, jede Nachtigall und jede Schnecke ist gleichzeitig König und Untertan in dieser Welt. So hängt alles zusammen.

Es gibt keinen König, der über allen thront. Im Hinduismus gibt es wohl einen *Ishvara* – ein Gedanke, der uns recht seltsam anmutet. Ishvara ist der höchste Gott des Einzelnen, das höchste Wesen in der Deva-Welt. Auch viele Buddhisten glauben an einen solchen Gott oder Herrscher des Universums, aber sie glauben, dass er einen geringeren Rang als ein Buddha einnimmt, da er, wie alle Götter und Engel und im Gegensatz zu einem Buddha, immer noch dem Daseinskreislauf angehört und sich schließlich in Nichts auflösen wird. Das ist für uns eine höchst merkwürdige Vorstellung. Buddhisten aber glauben, dass es einen solchen höchsten Gott gibt, sie glauben jedoch nicht, dass er besonders wichtig wäre. Im Buddhismus kennt man keinen Schrein für Ishvara.

Es ist also diese Vorstellung der wechselseitigen Durchdringung und Abhängigkeit aller Dinge, die dem Zen als philosophische Basis für eine pragmatische, nicht-intellektuelle Lebensführung zugrunde Die alltäglichsten Dinge und Ereignisse - Holzkohlenrost, Matte, Suppe zum Abendessen, Niesen, Händewaschen, zur Toilette gehen – sie alle setzen trotz ihrer Getrenntheit die Einheit des Universums voraus. Deshalb benutzen Zen-Anhänger alltägliche Vorkommnisse, um daran kosmische und metaphysische Prinzipien zu demonstrieren - wenn sie es auch nicht auf diese Weise rationalisieren. Unendlichkeit in einem Sandkorn zu erblicken und Ewigkeit in einer Stunde, ist immer noch ri ji Muge, nicht ji ji muge. Erst wenn Sie jemandem ein Sandkorn geben können, ohne an die Ewigkeit zu denken, sind Sie in ji ji muge. Es gibt keinen Unterschied zwischen dem Sandkorn und der Ewigkeit. Sie müssen sich die Ewigkeit nicht als etwas vorstellen, das im Sandkorn enthalten ist. Das Sandkorn ist die Ewigkeit. Genau so wenig unterscheidet sich die Tatsache, dass wir jetzt hier sitzen, vom Nirwana. So wie wir hier sitzen, sind wir im Nirwana. Sie brauchen weder zum Sandkorn noch zu unserem Hiersitzen einen philosophischen Kommentar abgeben. Er erübrigt sich. Einen solchen überflüssigen Kommentar nennt man "Beine für eine

Schlange" oder "einen Bart für einen Eunuchen". Beine würden einer Schlange nur im Wege sein, und ein Eunuch braucht keinen Bart. Wir würden vielleicht von "Eulen nach Athen tragen" sprechen, und im Zen sagt man: "Lege keinen Reif auf den Schnee."

Alles spezifisch Religiöse gleicht "Beinen an der Schlange". Letzten Endes braucht man keine Religion mehr, so wie man schließlich auch keinen Staat mehr braucht, wenn der Einzelne die Herrschaft über sich selbst gewonnen hat und in geeigneter Weise mit seinen Mitmenschen umgeht. Darum heißt es auch in der Offenbarung des Neuen Testaments, dass es im Himmel keinen Tempel gibt. Der Himmel ist ein einziger Tempel. Ebenso wird es, wenn wir die buddhistische Erfüllung erreicht haben, keine Buddhas geben, keinen Tempel, keinen Gong, keine Glocke – denn die ganze Welt ist ein einziger Glockenklang, und alles, was man ist, ist das Bild des Buddha.

Ein Zen-Meister wurde gefragt: "Sind Berge und Hügel nicht alle Formen des Buddhaleibes?" Der Meister antwortete: "Ja, das stimmt – aber wie schade, dass Sie es aussprechen."

# 4. Buddhismus als Dialog

Ich möchte mich im Folgenden mit einer bestimmten Unterabteilung des Mahayana-Buddhismus befassen, dem Zen-Buddhismus.

Im Zen wird ein kleines Spiel mit Ihnen gespielt. Wenn jemand wie D. T. Suzuki oder ich über Zen spricht, sagt man von uns, dass wir Zen nicht verstanden haben können, weil wir über ihn reden – oder um mit Lao-Tse zu sprechen: "Die Wissenden sprechen nicht; die Sprechenden wissen nicht." Doch obwohl Lao-Tse dies gesagt hat, hat es ihn nicht daran gehindert, ein Buch von etwa achtzig Kapiteln über Tao und Chi, seine Kraft zu schreiben. Wir können einfach nicht anders – wir müssen reden. Die Menschen sind redselig. Wenn uns etwas beschäftigt, müssen wir darüber sprechen, auch wenn wir nicht sagen können, was wir meinen.

Dichtung ist eine wunderbare Sprache – die Kunst, das auszusprechen, was sich nicht sagen lässt. Jeder Dichter ist sich bewusst, dass er versucht, das Unbeschreibliche in Worte zu fassen. Ob es sich dabei um so etwas Abgehobenes wie eine unerhörte mystische Erfahrung handelt oder um so etwas Banales wie einen rostigen Nagel – nichts lässt sich beschreiben. Der berühmte Graf Korzybski drückt das so aus: "Sobald man sagt, etwas ist, dann ist es nicht."

An der Northwestern University gab es einen Professor, der holte ein Streichholzbriefchen heraus und fragte seine Studenten: "Was ist das?" Die Studenten antworteten: "Ein Streichholzbriefchen." Und er antwortete: "Nein, nein, nein. 'Streichholzbriefchen' ist ein Geräusch. Ist dies vielleicht ein Geräusch? Was ist es wirklich?" Sprach's und warf ihnen die Streichhölzer an den Kopf. Nun wussten sie Bescheid.

Man kann also nichts wirklich beschreiben, und doch können wir uns im Gespräch ausgezeichnet verständigen. Natürlich ist es möglich, sich über etwas gemeinsam Erlebtes zu unterhalten. Wir können alle über Feuer, Luft, Wasser

und Holz sprechen, weil wir wissen, worum es sich handelt – da gibt es kein großes Geheimnis. Genau so kann man auch über so etwas Esoterisches wie Zen diskutieren. Allerdings lieben es Zen-Anhänger, sich gegenseitig mit Spielen und Denksportaufgaben auf die Probe zu stellen. Ich weiß noch, wie ich zum ersten Mal Paul Reps traf, den Autor des herrlichen Buches "Ohne Worte, ohne Schweigen". Er sagte zu mir: "Sie haben ja nun schon eine Reihe von Büchern geschrieben. Da sind Sie sicher sehr von sich überzeugt." Ich antwortete: "Ich habe kein Wort gesagt." Das ist so ein Spiel zwischen Zen-Anhängern, um herauszufinden, wie der andere tickt. In einem Gedicht heißt es: "Wenn sich zwei Zen-Meister auf der Straße begegnen, braucht man sie einander nicht vorzustellen. Diebe erkennen einander sofort."

Wenn ich Ihnen einen richtig gelehrten Vortrag über Zen halten wollte, würde ich Sie hier alle um mich versammeln, fünf Minuten schweigend dasitzen und mich dann davonmachen. Damit hätte ich Sie viel unmittelbarer in den Zen eingeführt als mit dem, was ich nun zu tun beabsichtige, nämlich darüber zu reden. Ich fürchte aber, wenn ich nach fünf Minuten des Schweigens einfach wegginge, wären Sie alle enttäuscht und fühlten sich übers Ohr gehauen.

Das Wort Zen ist die falsche japanische Aussprache des chinesischen Wortes Chan, was seinerseits die falsche chinesische Aussprache des Sanskrit-Wortes Dhyana ist. Dhyana ist ein Wort, das sich – wenn überhaupt – nur schwer ins Deutsche übersetzen lässt. Man hat versucht, es als ".Meditation" wiederzugeben, aber darunter versteht man im Allgemeinen "still sitzen und über etwas nachdenken". Darum geht es aber beim Zen gar nicht. Kontemplation kommt der Sache schon etwas näher – im wörtlichen Sinne, wie es die katholischen Mystiker gebraucht haben. Der normale Wortgebrauch der Kontemplation hat etwas Beschauliches, Passives, als ginge es um völliges Nichtstun. Dabei ist Zen etwas äußerst Aktives. Es gibt also wirklich kein deutsches Wort für Dhyana, Chan oder Zen.

Trotzdem glaube ich, dass wir genau wissen, was Zen ist, denn wir verrichten im täglichen Leben sehr viele Dinge im Geist des Zen. Die meisten Leute bei uns fahren schon recht lange Auto und sind inzwischen sehr kompetente Fahrer,

und beim Autofahren denken sie nicht viel darüber nach, was sie gerade tun, sondern sie werden eins mit dem Auto. Ebenso wird ein guter Reiter eins mit seinem Pferd. Schauen Sie nur einem Cowboy oder einem Dressurreiter zu – er ist wie ein Zentaur mit dem Pferd verwachsen. Er bewegt sich mit dem Pferd. Wer hat hier das Sagen? Schwer zu entscheiden. Das Gleiche gilt auch für einen guten Tanzpartner. Wer führt? Wer folgt? Man ist zu einem Körper zusammengewachsen und bewegt sich gemeinsam. So ist Zen.

In einem weiteren Sinne handelt es sich auch um Zen, wenn ein Mensch sich entweder völlig vom Leben abgeschottet hat oder im Gegenteil alles zu beherrschen sucht, aber zulässt, dass sich die innere Welt seines Körpers und die äußere Welt der anderen Menschen miteinander bewegen, als wären sie eins geworden. Man könnte daher vereinfacht sagen, dass es im Zen darum geht, nicht nur mit dem Verstand, sondern bis in die Knochen hinein zu begreifen, dass die Welt innerhalb und außerhalb unserer Haut eine einzige Welt und ein Wesen, ein Ich sind. Und all das sind wir.

Wenn Sie das erst einmal wissen, sind alle Probleme vom Tisch, die sich daraus ergeben, dass man sich als Fremder fühlt, der mitten in einer fremden Welt abgesetzt wurde, umgeben von leblosen Galaxien, die von seltsamen Wesen bewohnt werden. Dieses ganze Gefühl der Entfremdung von einer ganz andersartigen Welt wird im Zen überwunden.

Ehe wir uns mit weiteren Einzelheiten des Zen befassen, möchte ich dies erst einmal an ein paar recht oberflächlichen, aber bedeutsamen Tatsachen aus der japanischen Kultur erläutern und die Rolle des Zen darin erklären. Die japanische Kultur ist eine Kultur der vielen Rituale. Für alles, was man tut, gibt es eine korrekte Vorgehensweise, eine bestimmte Form und den richtigen Stil. Dies äußert sich nirgends so sehr wie bei der Teezeremonie oder beim Ikebana, dem Blumenstecken. Es gilt auch immer genau zu wissen, welche Kleidung man zu tragen hat und wie eine Einladung zum Essen nach allen Regeln der Kunst veranstaltet wird. Die genaue Aufmerksamkeit für jedes Detail, die Präzision und das Geschick, das diese Menschen dabei an den Tag legen, ist schon bemerkenswert. Aber dieses Geschick wird aufgewogen durch das

Kopfzerbrechen, das es den Menschen bereitet. So wirft das Mitbringen eines Geschenkes einige wichtige Fragen auf. Haben die anderen uns mehr gegeben als wir ihnen? Haben wir an diese oder jene Gelegenheit gedacht? Diese Fragen liegen schwer auf der Seele eines jeden Japaners. Was schuldet man seinen Eltern, was schuldet man seinem Vaterland, was dem Kaiser – das sind alles unermessliche Schulden, die niemand jemals abtragen kann und die schwer auf den Menschen lasten. So war die japanische Kultur – jedenfalls bis die Jugend sich westlicheren Idealen zuwandte – von einer äußerst nervösen Spannung geprägt, in der Rituale genauestens eingehalten werden mussten.

Eine solche Kultur braucht ein Sicherheitsventil, um den aufgestauten Druck abzulassen – und dafür ist Zen da. Wenn Sie also jemandem begegnen, der gründlich im Zen geschult ist, dann werden Sie bei ihm eine im Vergleich zu seinen ungeschulten Landsleuten völlig andere Persönlichkeit erleben. Er hat keine angelernten höflichen Manieren, sondern fühlt sich ganz einfach wohl in seiner Haut. Wenn Sie ihm Ihre ungeteilte Aufmerksamkeit schenken, wendet er Ihnen seine ganze Aufmerksamkeit zu. Sobald aber Ihre Aufmerksamkeit nachlässt, wird auch er noch etwas anderes zu tun haben und sich davon machen. Solange Sie jedoch mit ihm sprechen wollen, ist er ganz für Sie da und für niemand anders. Er lässt sich nieder und bleibt an dieser Stelle sitzen, ohne sich Gedanken zu machen, dass er eigentlich woanders sein sollte. So kann er völlig heiter und gelassen an einem Ort bleiben. Wenn man nämlich schon wieder daran denkt, dass man noch etwas im Garten zu erledigen hat, dass man mit dem Kochen anfangen sollte oder eigentlich im Büro sein sollte, kann man nicht mehr an einem Fleck sitzen bleiben und verwandelt sich in einen Heliumballon, der davonfliegen möchte. Wenn Sie es aber mit Menschen zu tun haben, die eine Verbindung zum Zen haben, wird Ihnen auffallen, wie fest sie auf dem Boden bleiben. Schon der frisch geweihte Priester ist von einem solchen Leben im Augenblick tief durchdrungen. Er zappelt nicht, er kichert nicht und macht sich keine Gedanken, ob er auch ja alles richtig gemacht hat. So entspricht sein Verhalten dem Zen.

Nun kennt zwar der Zen eine sehr strenge, fordernde Disziplin, doch dieser fällt eine ganz eigene Aufgabe zu: Sie soll die Anhänger dazu befähigen, sich wohl zu

fühlen. So sollen die Anhänger beispielsweise in der Lage sein, in einer kalten, nassen Nacht auf einem Betonfußweg zu schlafen und das auch noch zu genießen. Die Disziplin soll sie befähigen, in jeder Situation und Notlage entspannt zu bleiben. Unter normalen Umständen wird man, wenn man im Kalten sitzt, anfangen zu zittern. Das kommt daher, dass man der Kälte Widerstand entgegensetzt und die Muskeln anspannt. Die Zen-Disziplin lehrt etwas ganz anderes: nämlich die Kälte leicht zu nehmen, ihr nachzugeben und sich zu entspannen.

In allen japanischen Klöstern haben es die Mönche im Winter verdammt kalt, und dabei verbringen sie die meiste Zeit mit Stillsitzen. Wir wären schon längst zu Eisklötzen erstarrt und würden uns hundsmiserabel fühlen. Wir würden Grippe und Lungenentzündung bekommen. Sie aber lernen einfach, die Kälte hinzunehmen. Trotzdem ist an der Zen-Disziplin nichts Masochistisches. Die Vorstellung, der Körper sei böse und ein Werk des Teufels und müsse deshalb gezüchtigt werden, liegt ihr völlig fern. Es geht lediglich darum, den Schüler zu lehren, sich unter allen möglichen Umständen wohl zu fühlen. All dies ist aber eigentlich nebensächlich im Hinblick auf die Hauptfrage, mit der sich Zen auseinandersetzt.

Wenn Sie Zen-Anhängern begegnen und sie kennen lernen, werden Sie erleben, wie entspannt sie sich in einer Kultur bewegen, die ständig unter Hochspannung steht und sich mit Fragen des Protokolls befasst. Die japanische Kultur steckt voller Hemmungen. Jeder Schritt muss mehrfach überlegt werden, damit ja kein Faux pas begangen wird.

Das ist sowohl anstrengend als auch lästig. Aus dieser Situation heraus entwickelte sich die Zen-Disziplin, die ihre Schüler befähigen sollte, ohne diese ständige Selbstbeobachtung zu handeln. Vor solchem Handeln haben die Japaner eine Heidenangst – wir übrigens auch. Sie denken – genau wie wir: "Wenn ich nicht ständig auf mich aufpasse, mache ich etwas falsch. Wenn ich nicht mit der Rute neben mir stehe, geht alle Kultur in mir zugrunde, und ich werde zum Barbaren. Wenn ich mir keine Disziplin auferlege und ich meine Leidenschaften nicht unterdrücke, geht es mir noch wie jenem sibirischen

Mönch, der eines Tages aus seiner Zelle ausbrach und den Abt seines Klosters verschlang."

Weil wir unserer eigenen Spontaneität misstrauen, haben wir auch Zweifel, ob die Spontaneität der Zen-Anhänger echt ist. Könnten solche Menschen, die nicht im Voraus planen und sich nicht ständig am Riemen reißen, nicht leicht zu einer Gefahr für die Gesellschaft werden? Werden sie nicht anfangen, ihre Mütter und Töchter zu vergewaltigen, ihre Großmütter morden, um an ihr Vermögen zu kommen und dergleichen mehr? Selbstverständlich verhalten sich Zen-Anhänger nicht so, sie sind aber ausgesprochen spontan. Damit Sie verstehen, wie das möglich ist, will ich erläutern, wie die Zen-Disziplin funktioniert, auch wenn ich damit vielleicht schon ein wenig die Katze aus dem Sack lasse – sei's drum!

Kehren wir zu den Grundlagen des Buddhismus zurück. Der Buddhismus unterscheidet sich insofern von westlichen Religionen, als er uns nichts mitteilt. Er verlangt nicht, dass Sie irgendetwas glauben, sondern versteht sich als Dialog. Die Lehren des Buddhismus sind nicht mehr als die Eröffnung dieses Dialogs.

Der Buddhismus stellt einen Dialog dar zwischen einem Buddha und einem gewöhnlichen Sterblichen – genau genommen zwischen zwei Buddhas, von denen der eine darauf besteht, sich als gewöhnlicher Mensch zu definieren. Damit schafft er ein Problem. Man sagt ja, dass jeder, der zum Psychiater geht, sich eigentlich erst einmal auf seinen Geisteszustand untersuchen lassen sollte. Genauso gilt im Buddhismus, dass derjenige, der zu einem Guru, einem spirituellen Lehrer oder einem Zen-Meister geht, sich auch auf seinen Geisteszustand untersuchen lassen sollte. Oder wie es der chinesische Altmeister Tokusan formulierte: "Wenn du eine Frage stellst, bekommst du dreißig Schläge mit dem Stock. Stellst du aber keine Frage, bekommst du trotzdem dreißig Stockschläge." Mit anderen Worten: "Was fällt dir ein, dich als Schüler zu bezeichnen und mich als Lehrer?" Wenn man das tut, schafft man ein Problem, und in der Zen-Schule wird dies ganz klar hervorgehoben.

Wenn man zu einem Zen-Lehrer geht und ihn auf herkömmliche Weise anspricht, wird er zunächst sagen: "Ich kann dich nichts lehren. Geh deiner Wege."

Man antwortet vielleicht: "Was machen denn all diese Menschen hier? Sind sie nicht Ihre Schüler?"

Er antwortet: "Sie arbeiten mit mir, aber leider sind heutzutage die Mittel knapp. Wir haben nicht genug Reis, um alle durchzufüttern. Es fällt uns schon jetzt schwer genug. Da können wir nicht noch jemanden weiteren in unsere Gemeinschaft aufnehmen."

So muss man nun darauf bestehen, aufgenommen zu werden. Jeder, der sich um eine Zen-Schulung bemüht, geht erst einmal davon aus, dass der Lehrer ihm eine Abfuhr erteilt hat, um die Aufrichtigkeit seines Bemühens zu prüfen. Mit anderen Worten: "Wenn du wirklich diesen Wunsch hast, musst du etwas dafür tun." Aber darum geht es eigentlich nicht. Es geht darum, dass der Schüler einfach alles in Bewegung setzen muss, um aufgenommen zu werden. Wenn er dies einmal getan hat, kann er sich nicht mehr mit Anstand zurückziehen. Indem man sich als jemand, der Hilfe sucht, der einen Meister zur Lösung seiner Probleme braucht, zu erkennen gibt, macht man sich verwundbar. Früher war es üblich – und so wird es in japanischen Zen-Klöstern noch immer gehalten –, dass der Bittsteller, der in ein Kloster aufgenommen werden wollte, fünf Tage vor dem Klostertor in Bittstellung sitzen musste, den Kopf auf die Stufen gesenkt. Die Mönche im Kloster lassen ihn in der Nacht ein, weil sie jedem wandernden Mönch Gastfreundschaft gewähren müssen. Aber vom Bittsteller wird erwartet, dass er in diesen fünf Nächten nicht schläft, sondern meditiert. So sitzt man und sitzt, macht sich vollkommen lächerlich und sagt: "Ich bestehe darauf, in dieses Kloster aufgenommen zu werden. Ich bestehe darauf, dass der Meister mich in seine Geheimnisse einweiht." Der Meister hat einem schon gesagt, dass er kein Geheimnis hat, in das er einen einweihen könnte. Dennoch besteht man darauf.

In dieser Lage befindet sich jeder, der das Leben als Problem sieht, das es zu lösen gilt. Ob man es nun durch Psychoanalyse, Integration, Erlösung oder

Buddhaschaft lösen möchte – man definiert sich selbst in einer bestimmten Weise, wenn sich einem das Leben als zu lösendes Problem darstellt.

Der eigentliche Wunsch, den jeder mitbringt, der einen dieser Lehrer aufsucht, lässt sich so formulieren: "Meister, ich möchte über die Welt aufsteigen. Ich fühle mich als Fremdling und empfinde das Leben als schwierig. Ich habe einen Körper, also bin ich dessen Krankheiten und Veränderungen und schließlich dem Tod ausgeliefert. Ich habe Gefühle und Leidenschaften, die mich quälen, und ich kann nichts dagegen tun. Folge ich aber diesen Gefühlen, schafft das Unruhe. Diese Welt hält mich gefangen, und ich möchte über ihr stehen. Gibt es einen Weisen, der das Leben beherrscht und mich lehren kann, diese Dinge zu bewältigen?" Danach sucht jeder Mensch in seinem Lehrer: nach einem Retter, der ihm zeigt, wie man das Leben meistert. Der Zen-Lehrer aber sagt: "Darauf weiß ich keine Antwort." Das glaubt aber niemand, denn er scheint voller Zuversicht zu sein. Man glaubt ihm nicht, dass er keine Antwort weiß, und doch lehrt man im Zen durchgehend, dass es nichts zu lehren und nichts zu lernen gibt.

Ein großer chinesischer Meister der Tang-Dynastie mit Namen Linji auf Chinesisch, Rinzai auf Japanisch, hat gesagt: "Zen ist wie ein gelbes Blatt, mit dem man ein schreiendes Kind beruhigt. Ein Kind schreit, es will Gold haben. Der Vater hebt einfach ein Blatt vom Boden auf und nennt es Gold." Er hat auch gesagt, Zen sei wie eine leere Hand, mit der man ein Kind an der Nase herumführe. Man schließt die Hand und sagt zu dem Kind: "Schau mal, was ich hier habe." Das Kind ruft: "Zeig mal!" Man versteckt die Hand hinter dem Rücken, und das Kind wird immer neugieriger und will unbedingt wissen, was denn nun in dieser Hand steckt. Es fängt an zu raufen und beginnt beinahe zu weinen – da öffnet man die Hand, und es ist nichts darin.

So geht es jemandem, der glaubt, das Leben sei ein Problem, das sich lösen ließe. Das Geheimnis ist äußerst knifflig verpackt – durchschauen kann es nur ein Buddha. Nur ein Buddha weiß eine Antwort und kann das Problem lösen; nur ein Buddha begreift, worum es geht, gewinnt den Durchblick und hat damit Schicksal und Leben in der Hand. Und wer wünscht sich das nicht?

Alle diese Fähigkeiten werden auf den Zen-Meister projiziert. Er ist ein Buddha und beherrscht das Leben. Aber wenn er das Leben meistert, liegt das daran, dass er durchschaut hat, dass die Wahrnehmung des Lebens als Problem nicht der Wirklichkeit entspricht. Es gibt nicht das Leben auf der einen Seite und Sie auf der anderen. Sie und das Leben sind eins. Es genügt aber nicht, dies den Menschen einfach zu sagen und zu glauben, damit könnten sie es auch selbst erkennen.

Mit Menschen, die ganz genau wissen, dass die Erde eine Scheibe ist, lässt sich nicht disputieren. Man kann auch nicht mit Leuten diskutieren, die glauben, dass die Bibel das unmittelbare Wort Gottes ist. Ebenso scheinen wir zu wissen, dass jeder von uns allein als armer Wicht dasteht und der Erlösung oder irgendeiner Art Hilfe bedarf. Wir wissen einfach, dass es so ist, und wenn jemand zu uns sagt: "In Wirklichkeit bist du gar nicht vom Leben getrennt – dieses Gefühl der Trennung ist eine Illusion", dann mag das ja eine ganz schöne Theorie sein – aber erleben können wir es nicht.

Was macht man also mit jemandem, der überzeugt ist, dass die Erde eine Scheibe ist? Mit ihm zu diskutieren hat keinen Sinn. Sollte man dazu gezwungen sein, einen solchen Menschen zur Einsicht zu bringen, dass die Erde rund ist, hilft es nur, ein kleines Spiel mit ihm zu spielen. Sie sagen also zu ihm: "Also gut, die Erde ist eine Scheibe. Dann wollen wir einmal sehen, ob wir über den Rand schauen können. Das wäre doch toll! Wenn wir das vorhaben, müssen wir aber aufpassen, dass wir auch schön geradeaus gehen und nicht etwa im Kreis laufen. Also gehen wir einfach an einem Breitengrad immer westwärts. Dann müssen wir zum Rand der Erde kommen."

Mit anderen Worten, um den Erdscheibler zu überzeugen, dass die Erde rund ist, müssen wir dafür sorgen, dass er seinen eigenen Prämissen treu bleibt und konsequent nach Westen zieht, um zum Rand der Erde zu kommen. Wenn er schließlich auf seinem Weg nach Westen wieder an seinem Ausgangspunkt angekommen ist, haben wir ihn davon überzeugt, dass die Erde zumindest ein Zylinder sein muss. Dann glaubt er uns vielleicht, dass er, folgte er einem Längengrad nach Norden, auch wieder zu seinem Ausgangspunkt zurückkäme.

Man muss ihn nur seiner Vorstellung konsequent folgen lassen. Darin liegt die ganze Methode des Zen. Die Menschen sollen konsequent vollkommene Egoisten werden, um die Illusion zu zerstören, dass es ein von allem abgetrenntes Ich gibt.

Wenn Sie schließlich den Zen-Meister davon überzeugt haben, dass Sie dumm genug sind, um als Schüler angenommen zu werden, indem Sie sich selbst als jemanden dargestellt haben, dessen Problem der Lehrer lösen kann – er hat Ihnen ja gesagt, er kann Sie nichts lehren – sagt der Meister: "Ich will dir eine Frage stellen."

Der Meister formuliert die Frage vielleicht so: "Wie sah dein ursprüngliches Wesen aus, bevor deine Eltern dich gezeugt haben?" Und er fügt hinzu: "Zeig mir das. Ich möchte keine langen Erklärungen, wer du bist. Ich will nicht wissen, welche soziale Rolle du hast, welche Universitätsabschlüsse und Berufsqualifikationen. Dein Name und deine Familie interessieren mich auch nicht. Das alles liegt in der Vergangenheit. Ich möchte dich sehen, wie du in diesem Augenblick bist."

Genauso gut könnte man zu jemandem sagen: "Sei nicht befangen. Ich möchte, dass du jetzt ganz spontan bist." Nichts ist besser geeignet, keine Spontaneität aufkommen zu lassen. Es ist, als hätte man einem Kind gesagt: "Komm mal her, Liebes, und zeig uns mal, wie viel Spaß das Spielen macht." Das arme Kind schaut uns ganz perplex an und weiß nicht, was es machen soll. Wie geht denn das – auf Verlangen Spaß haben?

Der Zen-Meister führt die Gespräche mit seinen Schülern in einem sehr formellen Rahmen. Er sitzt dort wie ein Tiger auf seinem Thron – eine absolute Autoritätsgestalt. Er wäre der Letzte, dem gegenüber Sie sich spontan verhalten würden, denn sie spüren, dass er Sie kennt und durchschaut.

Man erzählt sich eine Geschichte von einem Mann, der mit einem Bären kämpft. Der Bär kann Gedanken lesen und weiß daher immer genau, wie der Mann sich bewegen wird. Der Mann kann den Bären also nur besiegen, wenn er sich bewegt, ohne erst darüber nachzudenken. Genau so geht es uns mit einem

Zen-Meister. Er nimmt alles wahr, was an uns sonderbar ist und liest in uns wie in einem Buch. In einer solchen Lage können wir nicht natürlich sein.

Das müssen Sie sich so vorstellen: Denken Sie sich eine Form der Gruppenpsychotherapie, in der folgendes Spiel gespielt wird: Wann immer jemand etwas sagt oder tut, bezweifeln alle anderen, dass dieses Verhalten aufrichtig ist. So bauen sich Angst und Hemmungen auf.

Über das Denken nachdenken, sich das Bewusstsein bewusst machen – das nennt man im Japanischen "das beobachtende Ich". Wenn man sich selbst die ganze Zeit beobachtet, wird man sich seiner ganzen Unzulänglichkeit bewusst. Der Preis, den man als Mensch für das Bewusstsein seiner selbst zahlt, sind Angst- und Schuldgefühle. So fragt sich ein besorgter Mensch: "Habe ich auch den Herd abgedreht, als ich aus dem Haus gegangen bin? Ich glaube, ich habe ihn abgedreht, aber kann ich mich auf mein Gedächtnis verlassen? Ich schaue lieber noch einmal nach." – "Gut, jetzt bin ich zurückgegangen, aber was habe ich eigentlich gesehen? Habe ich wirklich richtig hingeguckt? Das Unterbewusstsein kann einem manchmal einen Streich spielen. Ich schau lieber noch einmal nach." Schon ist der Teufelskreis perfekt, und der Besorgte kommt nicht mehr von seinem Haus los. Das Risiko, sich in einer solchen Feedback-Schleife zu verfangen, ist der Preis für unsere Fähigkeit zu wissen, dass wir wissen.

Beim Zen werden Sie nun ganz offensichtlich in eine solche Lage gebracht, damit Sie über das Denken des Denkens über das Denken nachdenken. Oder aber – und das kommt aufs Gleiche heraus – man versucht, Sie dazu zu bringen, nach Möglichkeit nicht zu denken. Diese letztere Vorgehensweise nennt sich Zazen. Man sitzt mit wachen Sinnen da und nimmt alles auf, was einen umgibt, denkt aber nicht darüber nach. Selbstverständlich ist das immer noch Denken. Wie soll ich aufhören zu denken, wenn ich daran denke, dass ich nicht denken will? Das ist so, als drückte ihnen jemand zähflüssigen Sirup in die eine Hand und Federn in die andere, klatschte dann die beiden Hände zusammen und riebe sie tüchtig, um dann zu sagen: "Nun such mal schön die Federn ab."

Dem Zen-Lehrer ist durchaus bewusst, dass er Ihnen eine Falle gestellt hat, und er ist nun gespannt, wie sie darauf reagieren. Er will wissen, was für eine dumme Idee Ihnen in den Kopf kommt. Dann wird er dafür sorgen, dass Sie dieser dummen Idee konsequent folgen. Mit dieser Art Experiment spielt er im Grunde genau das gleiche Spiel, das die Gesellschaft schon immer mit uns gespielt hat. Die Hochkulturen dieser Welt, ob im Osten oder im Westen, spielen mit jedem Kind ein solches Spiel. Es ist ihnen nicht bewusst, weil ihre Ahnen es mit ihnen gespielt haben – sie sind deren Opfer. Das Spiel ist als "Double bind" bekannt. Es wird von einem verlangt, dass man etwas tut, was aber nur akzeptabel ist, wenn man es freiwillig tut. Du sollst mich lieben. Du sollst schlafen. Du sollst natürlich sein. Du sollst frei sein. Wie hört sich das schon an – du sollst frei sein!

Die Gesellschaft, in die ein Kind geboren wird, prägt es auch. Wer wir sind, erfahren wir durch die Reaktion anderer auf uns. Wenn man uns sagt: "Du bist ein unabhängig handelndes Wesen. Du trägst Verantwortung. Du bist ein frei handelnder Mensch", dann nehmen wir diese Aussagen als Befehle. Wir können nicht anders, als sie umzusetzen. Ein Kind kann eine solche Situation nicht kritisch betrachten oder merken, wie verrückt sie ist. Die Gesellschaft definiert das Kind als unabhängig handelndes Wesen und bringt es dazu, das auch zu glauben, selbst wenn es nicht den Tatsachen entspricht. Wenn das Kind wirklich unabhängig wäre, würde es das ganz bestimmt nicht glauben. Die Gesellschaft hat Mühe, Kinder dazu zu bringen, sich in ihrem Sinne zu verhalten. Also nimmt man an, dass in Kindern irgendetwas Böses steckt – sie müssen also mit der Erbsünde zur Welt gekommen sein. Und das stimmt natürlich, denn die Rolle, die ihnen von der Gesellschaft zugedacht worden ist, steckt voller Widersprüche.

Wenn eine Gemeinschaft zu jemandem sagt: "Du musst frei sein!" oder wenn Familienmitglieder zueinander sagen: "Du musst mich lieben. Das ist deine Pflicht!" kann man sich nur an den Kopf greifen. Wenn Sie Ihre Frau fragen: "Hast du mich wirklich lieb, Schatz?" und sie sagt: "Ich bemühe mich redlich darum!" ist das nicht unbedingt die Antwort, die Sie erwarten. Sie würden viel lieber hören: "Liebling, ich kann gar nicht anders. Ich hab dich einfach zum

Fressen gern." Sie wollen gar nicht, dass sie sich um ihre Liebe zu Ihnen bemüht, und doch legen Sie anderen Menschen die Last der Verpflichtung auf, wenn Sie Liebe einfordern. Zu nahezu jedem Eheschließungsritual gehört die Verpflichtung, einander zu lieben. Im Christentum heißt es: "Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben." Und: "Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst." Das sind alles solche Doppelbindungen, und wer sich davon beherrschen lässt, lebt in einem Zustand chronischer Frustration. Er hat sich vorgenommen, ein Problem zu lösen, das bedeutungslos und unsinnig ist, eben weil es keine Lösung gibt.

Der Spruch "Das Leben muss weitergehen" treibt diese Doppelbindung auf die Spitze. Leben ist ein spontaner Vorgang und eine Kunst. Und zum Leben zu sagen: "Du musst geschehen", ist so, als würde man einem darstellenden Künstler klar machen: "Heute Abend musst du Leistung bringen. Du musst eine Spitzenvorstellung geben und außerdem dabei deine ganze Selbstkontrolle aufgeben." Das tut man uns im Alltag ständig an. Der Zen hat es sich zur Aufgabe gemacht, diese Doppelbindungen aufzuzeigen und ihre Torheit durchschaubar zu machen. Der Zen-Lehrer weiß ganz genau, was er tut und wie er Sie an der Nase herumführt, aber er tut es aus seinem Mitgefühl heraus. Er möchte Sie so sehr in Ihre Doppelbindung verwickeln, dass Sie merken, wie unsinnig das Ganze ist, auf dass Sie sich befreien können. Das steckt dahinter, wenn er zu Ihnen sagt: »Seien Sie natürlich. Zeigen Sie mir, wer Sie wirklich sind."

Ein Freund von mir, der Zen studierte, bekam als Aufgabe ein Koan dieser Art. Als er nun auf dem Weg zum Gespräch mit seinem Meister war, ging er durch den Garten, der zwischen dem *Sodo*, dem Meditationsraum der Mönche, und dem Raum des Meisters lag. Da sah er einen Ochsenfrosch sitzen. Diese sind in Japan recht zutraulich, denn die Menschen essen sie nicht. Er hob den Frosch auf und steckte ihn in den Ärmel seines Kimonos. Und als er vor den Meister trat, um ihm das Koan zu beantworten, das von ihm verlangte, spontan sein Ich zu zeigen, holte er das Tier hervor. Der Meister schaute auf den Frosch, schüttelte den Kopf und brummte: "Nein, zu intellektuell."

Damit wollte er sagen: "Diese Antwort ist zu überlegt und gezwungen – das bist nicht wirklich du." Erkennen Sie die Doppelbindung, die hinter der Aufforderung steckt, natürlich zu sein? Um natürlich zu sein, kann man nichts tun. Ja, je mehr man tut, desto gezwungener wird man. Andererseits kann man aber auch nicht den Versuch aufgeben, natürlich zu sein, denn sobald man das tut, ist das nur eine weitere Form des Versuchs, natürlich zu sein.

Sie haben vielleicht von einem Hindu-Lehrer gehört, den ich sehr interessant finde – Krishnamurti. Er sagt den Menschen, dass all ihr religiöses Forschen, ihre Yoga-Übungen, ihre Lektüre von religiösen Büchern und dergleichen eine Fortführung ihrer Egozentrik auf einer höheren, verfeinerten Ebene ist. Darum rät er seinen Schülern, jeder Art von philosophischen und erbaulichen Büchern möglichst aus dem Weg zu gehen. Sie dürfen nur Krimis lesen und werden begeisterte Nicht-Jünger. Was für eine kluge Doppelbindung! Das funktioniert genauso wie die Zen-Strategie.

Im Buddhismus geht es darum, sein Ich loszulassen und zu begreifen, dass man in einem Universum lebt, in dem man nichts festhalten kann. Deshalb muss man mit dem Festhalten aufhören. Es klingt ganz einfach – nur gibt es da eine Schwierigkeit. Sagen Sie zu Ihrem Lehrer: "Lehren Sie mich, mit dem Festhalten aufzuhören", so wird er antworten: "Warum wollen Sie das lernen?" Ihre Antwort lautet: "Weil der Buddhismus lehrt, dass man nicht festhalten soll." Dann wird der Lehrer Ihnen beweisen, dass der Wunsch, nicht festhalten zu wollen, wieder eine Form des Festhaltens ist. Sie glauben, dass Sie über der Welt stehen können, wenn Sie sich nicht an sie binden. Jeder Atemzug kann ja schmerzen, wenn man weiß, dass ein Mensch, den man liebt, stirbt. Also kann ich einen solchen Kummer vielleicht vermeiden, wenn ich mich gar nicht erst so sehr an diesen Menschen binde. Wenn das Schicksal an die Türe klopft, hilft es womöglich, kein Ich zu haben, um den Schmerzen zu entgehen, die zum Leben gehören. Darum möchte ich den Zustand der Ichlosigkeit erreichen. Das ist ein abartiger Wunsch - eine neue Variante des Selbstschutzes. An diesem Beispiel zeigt sich, dass die Aussagen des Buddhismus keine endgültigen Lehren sind, sondern strategische Züge, um einen Dialog zu eröffnen.

Kehren wir zu dem ursprünglichen, dem primitiven Buddhismus zurück. Dort sagten die Menschen zu Buddha: "Ich möchte dem Leid entkommen." Das ist eine ganz ehrliche Aussage. Gut. Sie machen sich klar, dass Leid aus Begehren entsteht, und Sie nehmen sich vor, nicht mehr zu begehren. Der Schüler geht nun hin und versucht, seinen Geist zu beherrschen und Wünsche mit Hilfe von Yoga-Übungen auszulöschen. Er kommt zu seinem Lehrer zurück und sagt: "Es ist ganz schön schwierig, aber es ist mir gelungen, einige meiner Wünsche auszulöschen." Der Lehrer antwortet: "Aber du wünschst dir weiterhin, deine Wünsche loszuwerden. Was machst du mit diesem Wunsch?" Da wird dem Schüler klar, dass er seinen Wunsch, nichts zu wünschen, nur aufgeben kann, wenn er den Wunsch aufgibt, nicht zu wünschen, dass er nichts mehr wünscht. Schon wieder ist er in einem Teufelskreis befangen. Er begreift, dass er daran nichts ändern kann, dass es aber auch nichts gibt, was er daran nicht ändern könnte.

Dieses Dilemma nennt man im Zen "Die Mücke, die versucht, einen eisernen Stier zu stechen" – eine psychisch so extreme Situation, dass man nichts ausrichten kann. Was bedeutet diese Situation? Welche Bedeutung hat eine solche Falle, in der wir uns gefangen sehen? Ganz einfach. Wenn man an einer Situation nichts ändern kann und Nichtstun auch bedeutet, dass man etwas tut, dann heißt das, dass ein von dem Rest der Welt getrenntes Ich nicht existiert. Es kann weder etwas tun noch völlig aufs Handeln verzichten. Eine völlig schizophrene Situation. So ist die Vorstellung, es gebe ein getrenntes Ich, das sein Handeln der Welt aufzwingt, oder eines, dem die Welt ihr Handeln aufzwingt, als Fiktion entlarvt.

Das Ich besteht einzig als Gespinst der Phantasie oder als Rolle in einem Spiel, in dem jeder vorgibt, eigenverantwortlich, unabhängig und getrennt von allem und allen anderen zu handeln. Ein wunderbares Spiel – aber eben nur ein Spiel. Das ganze Ziel des Zen-Dialoges zwischen Lehrer und Schüler liegt darin, das törichte Spiel vom separaten Ich logisch konsequent zu Ende zu spielen und so ad absurdum zu führen. Dann wird am Ende das erreicht, was William Blake so formuliert hat: "Der Tor, der seiner Torheit unbeirrt folgt, wird zum Weisen."

# 5. Die Weisheit der Berge

In diesem Kapitel geht es um ein Thema, das unserem westlichen Verständnis recht fremd ist. Von außen betrachtet erscheinen uns bestimmte Formen des Mahayana-Buddhismus völlig irrational und abergläubisch. Dies trifft vor allem auf eine besondere Richtung des Mahayana-Buddhismus zu, der unter den Namen *Vajrayana*, *Tantrayana* oder *Mantrayana* bekannt ist.

Das Wort *Yana* bedeutet Weg oder Gefährt. Wie ich schon vorher erwähnt habe, wird der Buddhismus oft mit einem Floß verglichen, das man zum Überqueren eines Flusses benutzt, oder mit einem Ziegel, mit dem man an eine Tür klopft. Der Ziegel ist ein Yana, genauso wie das Floß. Sie sind Werkzeuge, Hilfsmittel, Mittel zum Zweck, Techniken und Methoden. Buddhas Lehre wird auf Sanskrit Dharma genannt, ein Wort, das vielerlei Bedeutungen hat, unter anderem auch "Methode". Manchmal wird es auch als "Gesetz" wiedergegeben, aber das ist keine treffende Übersetzung.

Der ganze Begriff des Yana hängt mit dem Begriff der *Upayas*, der "geschickten Mittel" zusammen. Wir würden sie als pädagogische Kunstgriffe oder Tricks bezeichnen, je nach dem Zweck, den sie erfüllen. In der Politik bedeutet Upaya "List", aber in der Religion und der Philosophie bedeutet es die Geschicklichkeit eines Lehrers, den Stoff seinen Schülern zu vermitteln. Das Wesentliche an Upaya ist der Überraschungseffekt – so wie ja auch ein Schluckauf so etwas wie eine Überraschung darstellt, denn er kommt ungerufen. Upaya und die Überraschung stehen in enger Verbindung mit der tiefsten Bedeutung des Buddhismus. Man kann das Dasein nur in dem Maße kennen, als sich Wissen und Nichtwissen im Gleichgewicht halten. Etwas in Ihnen muss immer wie ein spiritueller Schluckauf sein, etwas, das ohne Ihr Wissen geschieht und Sie überrascht.

Ein Upaya ist die Methode des Lehrers, beim Schüler die Überraschung der Erleuchtung auszulösen, und dazu bedient er sich eines Yana, also eines Fahrzeugs oder eines Kurses. Wir sagen, wir geben einen Kurs in Philosophie,

Semantik oder Chemie. Der große Buddhismus-Kurs ist das Mahayana, das eine ungeheure Vielfalt an Upayas oder Lehrmethoden umfasst. Im Gegensatz dazu hat das Hinayana, der kleine Kurs, nur eine begrenzte Zahl an Upayas, denn beim Hinayana geht es streng zu. Dort ist man der Auffassung, dass alle Erleuchtung von den Bemühungen des Einzelnen abhängt. Buddha soll unmittelbar vor seinem Tod gesagt haben: "Seid euch selbst eine Leuchte, seid eure eigene Zuflucht, und sucht sonst keine."

In einem japanischen Klassifizierungssystem nennt man die buddhistischen Schulen entweder *Jiriki* oder *Tariki*. *Ji* heißt "selbst", *Riki* heißt "Kraft". Zur Erlösung oder Befreiung führen Wege durch die eigene Kraft – Jiriki – und Wege durch die Kraft eines anderen – Tariki. Die Befreiung des Tariki ist – christlich ausgedrückt – die Erlösung durch Gnade und nicht durch eigene Werke. Es ist faszinierend zu beobachten, wie sich die Frage nach dem Glauben und den Werken und dem Glauben und der Gnade im Buddhismus genauso wie im Christentum stellt.

In der Geschichte des Christentums gab es um 400 n. Chr. einen großen Streit zwischen Augustinus und einem Kelten namens Pelagius. Pelagius war ein britischer Optimist, der ans Durchwurschteln, Mitmachen und Zupacken glaubte. Er vertrat die Meinung, dass man durch eigenen Willen und eigene Anstrengung die Gebote Gottes erfüllen könne und argumentierte, Gott hätte uns keine Gebote gegeben, wenn wir sie nicht befolgen könnten. Augustinus aber war der Ansicht, das habe Pelagius gründlich missverstanden. Hätte er Paulus, insbesondere dessen Brief an die Römer, richtig gelesen, dann hätte er feststellen können, dass Gott uns nicht die Gebote gab, damit wir sie befolgen, sondern vielmehr um uns zu zeigen, dass wir es nicht können. Um mit Paulus zu sprechen: Gott gab uns Gebote, die wir nicht einhalten können, um uns die Sünde aufzubürden. Mit anderen Worten: Die Gebote waren ein Schachzug, ein Upaya. Es war nicht wirklich zu erwarten, dass ein Mensch ein Gebot einhalten kann, wie es in den zehn Geboten vorkommt: "Du sollst den Herrn deinen Gott mit ganzem Herzen und ganzer Seele und mit dem ganzen Geist lieben." Das bringt niemand fertig. Deshalb schlagen sich auch die größten Heiligen immer wieder auf ihre Brust und bekennen, dass sie tiefe Sünder sind, weil sie die zehn

Gebote nicht erfüllen können. Darum lehrte Paulus, dass das Gesetz ein Pädagoge ist, der uns zu Christus führen soll. Pädagoge hat die gleiche Bedeutung wie Upaya.

Die Buddhisten sind zu einem ähnlichen Schluss gekommen. In ihrer ursprünglichen Form erscheint die Lehre Buddhas auch als streng. Er sagte: "Hört zu, ihr braucht eine Disziplin. Arbeitet und verzichtet auf Frauen, Alkohol und Besitz. Fangt an zu meditieren und euren Geist zu beherrschen." Darin versuchten sich nun alle, und die meisten scheiterten. Einigen gelang es, aber danach verkümmerten sie. Es zeigte sich, dass sie einen Pyrrhussieg errungen hatten. Dafür, dass man das Menschsein aufgibt und seine Gefühle versteinern lässt, zahlt man einen zu hohen Preis. Genauso gut könnte man sich den Kopf abschneiden wollen, um sein Kopfweh zu kurieren. Sie stellten fest, dass Wille und Gehorsam nicht der Weg zur Befreiung waren, und dass Buddha ihnen diesen Weg nur gewiesen hatte, damit sie zu dieser Erkenntnis gelangten.

Die neuen buddhistischen Schulen lehrten, dass man durch Tariki oder Gnade befreit werden muss, durch eine Macht in uns, die nicht unser Ich ist. Es ist dieselbe Macht, die unser Herz zum Schlagen bringt. Unser Herzschlag unterliegt nicht dem Willen unseres Ich. In der Sprache C. G. Jungs würden wir sagen, bei der Gnade handelt es sich um das Unbewusste, das bearbeitet, erquickt und genährt wird, und ihm – nicht etwa dem Ich – wird es schließlich gelingen, die beiden Aspekte oder Kräfte des Ich zusammenzubringen. Dann werden Sie spüren, dass sowohl das Bewusste als auch das Unbewusste – die Kraft des Ich, verbunden mit der Kraft des natürlichen Organismus oder der Psyche – Teil Ihrer selbst sind.

Ebenso kann man in jeder Kunstform eine künstlerische Erschöpfung erleben, eine Erschöpfung des Willens. Alles scheint schon ausprobiert, und nichts gelingt. Damit das Kunstwerk doch noch vollendet werden kann, muss etwas, das sich mit dem Willen nicht erzwingen lässt, von allein geschehen. Diesem Etwas geben wir unterschiedliche Namen – mal nennen wir es Gnade, mal Inspiration. Es ist Tariki. Die Menschen wollen immer wissen, wie man dem Geschehen nachhelfen kann, aber wenn wir das wüssten, wäre es keine Gnade

mehr. Gerade weil wir aber nicht wissen, wie wir das Geschehen herbeiführen können, kann Tariki die Grenzen des Willens überschreiten. Das soll aber nun nicht heißen, dass wir – nur weil wir die Dinge nicht selbst bewegen können – die ganze Geschichte aufgeben und vergessen sollten. Es gibt eine Alternative – wir können den Glauben pflegen.

Unter Glaube verstehe ich das Wissen, dass uns Gnade zuteil werden wird. Wir wissen nur nicht wann und müssen darauf warten. Das Warten soll aber auch nicht in Arbeit ausarten, denn das wäre eine Anstrengung des Ich, das ja dem Gnadengeschehen entgegenstreben würde. Man muss also lernen, in leiser, geduldiger Aufgeschlossenheit zu warten. Wie kann man das? Dafür gibt es vielerlei Upayas, die dabei helfen können, und eines davon ist die Praxis, die man mit den Namen Vajrayana – Diamantgefährt –, Tantrayana – Netzgefährt – oder Mantrayana – Klanggefährt im Sinne eines Gesangs – bezeichnet.

Dieses letztere, das Mantrayana, ist aus unserer Sicht das Verblüffendste. Der Glaube, dass das richtige Sprechen von Formeln oder Zaubersprüchen zum Ziel führt, ist schon uralt. Das lässt sich – jedenfalls für Asien – philosophisch von der hinduistisch-upanischadischen Vorstellung herleiten, dass die Welt aus Klang besteht. Die Hindus sagen: "Am Anfang war *Vac.*" Und das bedeutet ganz genau das Gleiche wie "Am Anfang war das Wort" im Johannesevangelium. Nur heißt Vac nicht logos wie im Johannesevangelium, sondern Schwingung. Im Grunde ist es das Sanskrit-Wort *om.* Wenn Sie das Wort *om* sprechen, setzt der Ton tief im Hals ein und wandert bis zu den Lippen vor – er umfasst also die gesamte Lautschöpfungswelt. Om ist der heiligste aller Namen. Mit dem Skandieren von Om kann man einiges in Bewegung bringen.

Buddhisten wie Hindus verwenden dieses Wort, um einen Meditationszustand zu erreichen. Sich auf einen Klang zu konzentrieren ist leicht. Schwerer ist es schon, seine Augen ruhig zu halten. Dass es aber bei einem Klang so leicht fällt, das ist der ganze Sinn eines Mantra. Es geht darum, sich in den Klang zu versenken. Ich hoffe, Sie verstehen, was ich mit "Versenken" meine. Es bedeutet, sich ganz hineinknien. Wenn Sie sich in den Klang versenken, wird Ihnen klar, dass Sie durch Klangwellen die Grundlagen Ihres Daseins erfahren.

Der Klang eröffnet Ihnen alle Wege zum Lernen, denn er ist keine Konstante – er kommt und geht, ist an- oder abgeschaltet. Man kann ihn nur aufgrund der Schwingungen hören und daraus lernen, dass das Leben an- oder abgeschaltet sein kann: Schwarz und weiß, Leben und Tod, Innen und Außen, Wissen und Nichtwissen – das alles sind Schwingungen. Dies lässt sich leicht in Worten erklären, aber um es in seinem tiefsten Inneren zu begreifen, muss man erst lernen, auf den Klang zu hören. Um das zu lehren, wurde das Klangsystem des Sprechgesangs erdacht.

Der Vajrayana-Buddhismus erblickte im 9. Jahrhundert n. Chr. das Licht der Welt. Er breitete sich von Nordindien nach Tibet, die Mongolei, China und Japan aus, prägt aber vor allem den Charakter des tibetanischen Buddhismus.

Die Worte und Formeln, die als Mantra dienen, können auf verschiedene Weise verstanden werden. Sie ermöglichen den nicht Gebildeten einen direkten Zugang. Es ist nicht nötig, ein ganzes Sutra aufzusagen – man kann es in Formeln wie "Om mani padme hum" zusammenfassen. Das ist die eine Art, ein Mantra zu verstehen. Für euch, die ihr arm und unwissend seid, haben es die Bodhisattvas in ihrem grenzenlosen Mitgefühl möglich gemacht, ins Nirwana zu gelangen. Statt euch mühsam durch die Meditationsübungen all dieser Heiligen und Weisen zu quälen, braucht ihr nur zu sagen: "Om mani padme hum." Im Grunde braucht ihr es nicht einmal auszusprechen. Ihr könnt es auf ein Stück Papier schreiben, es in eine Silberdose auf einem langen Stock stecken, und dann braucht ihr das Ganze nur zu schwenken. Was das Fahrzeug des Klangs so beliebt macht, ist die Vorstellung, dass es einen kurzen Weg darstellt.

Die nächsthöhere Vorstellung vom Mantrayana ist die, die ich hervorgehoben habe – Sie verwenden diese Formeln und Laute als Gegenstände der Konzentration und lernen mit Hilfe dieser Konzentration, was das Leben zu lehren hat. Es gibt aber noch eine dritte Deutung, die man als die esoterische bezeichnen könnte. Ich glaube, sie ging von Vasubandhu aus, der etwa um das Jahr 400 n. Chr. lebte. Er sagte, der eigentliche Sinn der Mantras sei, dass sie überhaupt keine Bedeutung haben, und all die verschiedenen Gesänge hätten

auch keine. Der tiefere Sinn eines solchen Unsinns liegt darin, sich von der Vorstellung zu befreien, dass das Universum überhaupt eine Bedeutung besitzt.

So viel zum Mantrayana-Gnadenweg. Wir wenden uns nun dem Tantra zu. Alle Formen des Buddhismus, die in Verbindung mit dem Vajrayana stehen, werden als tantrisch bezeichnet. Das Wort *Tantra* bedeutet "Gewebe", Kette und Schussfaden. Im hinduistischen Kontext ist Tantra eine Disziplin, die manchmal das fünfte Veda genannt wird. Es gibt vier Vedas, die grundlegenden vier heiligen Schriften des Hinduismus. Den vier Vedas zufolge muss man sein körperliches Dasein aufgeben, um die Befreiung zu erlangen. Man darf keiner Fleisch essen. Man darf keinen Geschlechtsverkehr haben. Man darf keinen Alkohol und keine bewusstseinsverändernden Drogen zu sich nehmen. Und so gibt es viele andere Dinge, die mir jetzt gerade nicht einfallen. Im Tantra aber geht es darum, dass man die Befreiung gerade durch den Kontakt mit diesen verbotenen Dingen erlangt. Sie kommt dadurch, dass man dieser Welt angehört und an ihr Teil hat. Dies wird auch als der Pfad der linken Hand bezeichnet.

In einer hinduistischen Geschichte wurde Brahma die Frage gestellt: "Wer wird zuerst die Einheit mit dir erreichen – der, der dich am meisten liebt oder der, der dich am meisten hasst?" Und Brahma antwortete: "Derjenige, der mich hasst, denn er wird öfter an mich denken."

Mit anderen Worten: Man kann über völligen Altruismus zur Befreiung gelangen, aber auch durch völlige Selbstsucht. Wer durch und durch egoistisch und konsequent egoistisch handelt, wird entdecken, dass er auch der andere ist, dass man sich nicht wirklich selbst erleben kann, es sei denn durch die anderen. Darum geht es beim Pfad der linken Hand, sich selbst bis ins Extrem hinein auszuleben. Es ist aber sehr gefährlich, diesen Pfad einzuschlagen, weil ihn niemand gut heißt.

In grauer Vorzeit sahen mein Vater und ich einmal eine Slapstick-Komödie an. Dort schlief ein Mann in einem Schlafzimmer, das in viktorianischem Stil mit Möbeln und allem möglichen Krimskrams vollgestopft war. Der Wecker klingelte, und der Mann fuhr hoch. Wütend packte er gleich seinen Schuh und schlug den Wecker entzwei. Er riss die Betttücher in kleine Fetzen, warf das Bett

um, fand irgendwo einen Hammer und begann, das ganze Geschirr und die Fenster zu zertrümmern. Schließlich hatte er alles kurz und klein geschlagen – bis auf eine riesige Stehlampe, die in der Ecke stand. Sie ist das einzige noch heile Stück im Zimmer. Der Mann rastete aus, als er die Lampe da so unschuldig stehen sah. Er rannte durchs Zimmer, schwang sie hoch über den Kopf und ließ sie mit aller Kraft zu Boden fallen. Die Lampe aber federte zurück und war immer noch ganz. Sie war nämlich aus Gummi.

Das ist der Überraschungseffekt, von dem ich vorhin sprach. Plötzliches Erwachen – die Lampe federte zurück. Darum geht es im Buddhismus. Wir glauben alle, es wird schief gehen. Nur wenn wir wirklich davon überzeugt sind, kann es eine Überraschung sein, wenn es anders kommt.

Mit anderen Worten: Wenn Sie den Pfad der linken Hand verfolgen und den Egoismus auf die Spitze treiben, die Welt der Sinne in ihren höchsten Genüssen auskosten – die Ekstase, den Rausch, den Orgasmus – was bleibt dann zu wünschen übrig? Sie werden sagen: "Ich will wie die Lampe zurückfedern und aus meinem Ich herausgelassen werden." Wenn aber der Selbstsüchtige aus seinem Ich ausbrechen kann, dann wird die Selbstsucht zum Altruismus. "Denn wer sein Leben erhalten will, der wird's verlieren, aber wer sein Leben verliert" – oder sich aus ihm löst –, "wird es erhalten." Ob wir nun den rechten oder den linken Pfad einschlagen – wir kommen alle ans gleiche Ziel.

Ebenso führt auch der schmerzvolle Weg der meditativen Disziplin oder Konzentration, bei dem jemand mit dem Stock in der Hand den Schüler beaufsichtigt, zu dem gleichen Ziel, und es gibt Menschen, für die dieser Weg der einzig richtige ist. Das sind Menschen, die nur merken, dass sie existieren, wenn sie Schmerzen empfinden, und deshalb ist für sie der Weg der Schmerzen der richtige. Wir wollen weder sie noch ihren Weg verurteilen.

Dem Schmerzensweg diametral entgegengesetzt ist das Spiel mit den Mantras. Die Menschen, die dieses Spiel spielen, sagen: "Es geht ganz einfach, und es ist eine Abkürzung." So kommen sie dazu und fangen zum Beispiel an, in den Sprechgesang "Om mani padme hum" zu fallen. Oder die japanischen Jodo-Shinshu-Buddhisten skandieren so lange "Namu Amida Butsu, Namu Amida

Butsu, Namu Amida Butsu, Namu Amida Butsu, Namu Amida Butsu", bis daraus schließlich wird: "Namanda, namanda, namanda, namanda, namanda, namanda", und nicht mehr die Menschen den Sprechgesang übernehmen, sondern der Sprechgesang die Menschen. Worin liegt der Unterschied zwischen Rezitieren und Rezitiertem, zwischen dem Ich und dem Anderen, zwischen der Kraft des Ich und der Kraft des Anderen, zwischen Jiriki und Tariki? Es ist alles eins. Man tut so, als sei es nicht so, weil man es tun muss. Ich sage "man muss", aber man tut es eigentlich, um ein Gefühl der Existenz zu bekommen.

Sehr lebhafte tibetanische Gemälde vermögen bei demjenigen, der sie eingehend betrachtet, eine ganz eigene Art von Geisteszustand hervorzurufen, den ich nur als psychedelisch bezeichnen kann. Wenn man sich in die Einzelheiten vertieft, entdeckt man, dass es nichts Vergleichbares gibt. Und tritt man ganz nahe an ein Detail heran, fängt es nicht etwa an zu verschwimmen und zu verblassen – nein, es wird klarer und lebendiger. Plötzlich merken Sie, dass etwas, das Sie zunächst für ein verschwommenes Gebilde gehalten haben, aus sechzehntausend Maden mit leuchtenden Augen besteht, und in jedem Auge leuchtet tief innen ein Edelstein. Senken Sie den Blick in diese Edelsteine, so entdecken Sie in ihnen Buddhas mit überkreuzten Beinen, die von goldenem Licht umstrahlt sind und aus Menschenköpfen bestehende Ketten um den Hals tragen. Und schaut man auf diese Köpfe – wahrhaftig, da sitzt in jedem Auge wieder ein Buddha.

Der Bewusstseinszustand, den diese Künstler mit ihren Myriaden von Einzelheiten darzustellen suchen, ist *Dharmadatu*, das Reich des Dharma oder die Wirklichkeit, die auch als Indras Netz bezeichnet wird. Darüber habe ich bereits gesprochen. Es ist also das Netz aus Edelsteinen, in dem jeder der Steine jeden anderen widerspiegelt. So enthält jeder auch die Reflexionen der Reflexion all der anderen, und so fort, bis ins Unendliche. Dies ist ein Bild für die Wechselseitige Abhängigkeit oder gegenseitige Durchdringung aller Dinge im Universum. Tibetanische Gemälde sind dazu angetan, den Betrachter in einen Geisteszustand zu versetzen, der es erlaubt, diese wechselseitige Abhängigkeit zu begreifen. Sie sind ganz und gar faszinierend.

Dieses immer-weiter-in-die-Tiefe-Schauen kann endlos fortgesetzt werden. Im Umgang mit Mantren kann man lernen, im Bereich des Klangs in ähnliche unendliche Tiefen vorzustoßen. So wie man sagen könnte, ein visueller Bereich enthält viele Einzelheiten, so wie diese Gemälde oder ein Stück eines Hindu-Seidengewebes mit seiner feinen Blumen- und Goldpracht, so kann man auch Töne in ähnlicher Weise hören. Das macht sich die Hindu-Musik zunutze. Und wenn man sich in sie hineinversenkt, kann man sagen, man lauscht dem Universum. Wenn man auf solche Art Töne und Formen achtet, kommt man hinter ihr Geheimnis.

Dies ist ein weiteres Vorgehen, um das Leben zu erkunden, und es lässt sich mit wissenschaftlichen Untersuchungsverfahren – etwa einer mikroskopischen Untersuchung oder einer chemischen Analyse und ähnlichen Dingen vergleichen, die uns einen Einblick in die physische Welt gewähren. Das Ergründen von Tönen und Gemälden geht in die entgegengesetzte Richtung. Es zielt auf die Natur der Gefühle, auf das Zentrum des Bewusstseins, das Ich ab. Diese tibetanischen Gemälde sind Darstellungen der inneren Welt aus verschiedenen Perspektiven. Sie sind Skizzen unserer gemeinsamen inneren Welt, betrachtet durch die Perspektive und den Eindruck einer Kultur, die nicht die unsere ist und uns daher etwas merkwürdig vorkommt. Sie zeigen uns ein Bild des Universums, das wir nie zuvor gesehen haben. Wir konnten es nämlich deshalb nie so wahrnehmen, weil unser Sehen durch die Perspektive unserer Kultur geprägt und eingeschränkt ist. Darum kann uns das Studium der Kunstformen anderer Menschen Dinge lehren, die uns normalerweise gar nicht auffallen. Wenn Sie sich beispielsweise mit chinesischer oder tibetanischer Malerei vertraut gemacht haben, werden Sie sagen: "Sicherlich – auch so ist die Welt."

Wenn Sie ein Ding mit den Augen eines Anderen betrachten, wirkt es fremdartig, aber man gewöhnt sich schließlich daran. Wenn Sie einen Geisteszustand erreichen, wie ich ihn zu beschreiben versucht habe, der nicht Ihrem gewöhnlichen Bewusstsein entspricht, werden Sie sagen: "Das ist schon eigenartig." Wenn Sie darauf nicht vorbereitet sind, bekommen Sie vielleicht Angst und sagen: "Werde ich wahnsinnig? Verliere ich den Verstand?" Und das

stimmt sogar, denn Sie verlassen den Bereich des alltäglichen Verstandes und betreten geistiges Neuland, und das ist anfänglich immer ein höchst merkwürdiges Gefühl. Darum fällt den Menschen das Meditieren schwer. Wenn sie anfangen, Fortschritte zu machen, sagen sie oft: "Ich glaube, ich drehe durch." Jeder kennt die Geschichten von Leuten, die über das Denken nachdachten und von denen man nie wieder etwas gehört hat. Es besteht da eine Angst, sein Ich und seine gewohnte Welt zu verlieren, in der uns bestimmte Verhaltensweisen eine gewisse Geborgenheit geben. Wir alle tragen Vibrationsebenen in uns, mit denen wir nicht vertraut sind und die wir deshalb fürchten. Diese Ebenen erreichen wir, wenn wir unseren gewöhnlichen Geisteszustand verlassen.

Vajrayana-Buddhismus ist eine recht abenteuerliche, um nicht zu sagen, gefährliche Erkundungsreise ins Innere des menschlichen Bewusstseins. Die Ergebnisse dieser Erkundung hat man künstlerisch in einem ausgeklügelten Symbolsystem festgehalten. Demjenigen, der an die westlich-christliche Symbolik gewöhnt ist, erscheinen diese symbolischen Darstellungen des Innenlebens wie eine Darstellung des Himmels, mit Herrschern auf Thronsesseln, die Ehrungen empfangen und sonstige politische Ereignisse dieser Art.

Nehmen wir an, wir schauen uns einen Querschnitt des Rückenmarks oder einen Teil des Gehirns unter dem Mikroskop an. Da gibt es bestimmte Formen und Muster zu erkennen, die sich auf den physischen Leib beziehen. Diese Formen und Muster haben ihre Entsprechung in den Symbolen, die sich in den tibetanischen Gemälden und Zeichnungen finden. Nur die Zielrichtung ist unterschiedlich. Während die einen auf den physischen oder Gestaltkörper Bezug nehmen, beziehen sich die anderen auf den feinstofflichen Körper.

Das Sanskrit-Wort *Rupa* bedeutet Gestaltkörper und wird auf die materielle Welt angewandt, auf die Welt der Form und Gestalt, die Welt, wie wir sie zu sehen gewohnt sind. Sie haben einen Gestaltkörper, in dem Sie jedem anderen objektiven Beobachter erscheinen, und Sie haben einen feinstofflichen Körper, durch den Sie sich selbst wahrnehmen. Wenn Sie nach einem Besäufnis mit

Kopfschmerzen aufwachen, dann fühlt sich Ihr Kopf an, als sei er so groß wie ein Zimmer. Das spiegelt die Verfassung Ihres feinstofflichen Körpers in einem solchen Augenblick wieder.

Es gibt einen herrlichen Cartoon, in dem eine Comic-Strip-Figur eine Kunstflugvorführung beobachtet. Dabei folgt er mit dem Kopf den Flugfiguren, und sein Hals wird länger und länger und verknotet sich schließlich – eine Veranschaulichung des feinstofflichen Körpers dieser Figur.

Wenn wir einen Querschnitt des Rückenmarks durch ein Mikroskop betrachten, schauen wir auf eine Struktur, die uns auf den materiellen Körper verweist. Kehren wir die Blickrichtung jedoch völlig um, können wir unsere Wahrnehmung bis zu dem Punkt zurückverfolgen, an dem das Manovijnana beginnt, die zentrale Sinneswahrnehmung hinter allen Einzelsinnen. Eine äußerst reiche Erfahrung wird sich uns daraus eröffnen. Sollten wir dann versuchen, das, was wir erlebt haben, zu zeichnen, so hielten wir schließlich den Querschnitt oder die Struktur des feinstofflichen Körpers in Händen. Natürlich würden sich aufgrund der unterschiedlichen Traditionen unsere westlich geprägten Bilder von denen der Tibetaner unterscheiden. Wir kommen schließlich aus einer anderen Tradition. Der Himmel weiß, was wir zeichnen würden, wahrscheinlich würde dabei auch so etwas wie die Fenster der Kathedrale in Chartres und Kruzifixe herauskommen, denn wenn Sie die Sinneswahrnehmungen erforschen und sich auf sie einlassen, spüren Sie eine zunehmende Intensität, die schließlich schier unerträglich wird – das ist Jesus am Kreuz. Also behängt man ihn mit Juwelen und erschafft ein prachtvolles Kruzifix.

Alles das sind Erkundungen des Grundgefühls, am Leben zu sein, denn alle Menschen stellen sich voller Neugier die Grundfragen, die die menschliche Existenz mit sich bringt: Wo stehen wir, und worum geht es im Leben? Eine der wenigen Möglichkeiten, Antworten auf diese Fragen zu bekommen, ist die Meditation. Meditation heißt aber nicht, vom Intellekt her zu einer Antwort zu kommen. Es geht vielmehr darum, den Gegenstand der Fragen genauer unter die Lupe zu nehmen. Das kann man natürlich auch mit dem Mikroskop oder

durch chemische Analyse tun – das sind durchaus gültige Methoden. Es muss aber auch ein inneres Gegengewicht geben, einen Weg, der zu den eigenen Gefühlen, zum eigenen Bewusstsein führt. Das heißt nun nicht, dass dies "unbedingt dazugehört" im Sinne einer Aufgabe oder heiligen Pflicht. Es bereitet einfach Vergnügen, sich voller Begeisterung, Freude und Liebe das anzuschauen, woraus Sie und wir alle bestehen.

Dieses Schauen ist Ausdruck einer anderen Art von Religiosität als die, mit der wir es gewöhnlich zu tun haben. Sie hat nichts von der patriarchalischen Haltung nach dem Motto: "Gehe hin und lies die Bibel! Knie nieder und tue Buße!" Stattdessen heißt es: "Schau mal, was ich hier habe. Schau nur, schau ganz genau hin!" Ich wüsste nicht, wie ich diese Haltung besser verdeutlichen könnte als im Kontrast mit der hergebrachten.

So habe ich mich der inneren Bedeutung des Begriffs Tantra, der sowohl im Hinduismus als auch im Buddhismus verbreitet ist, so weit wie möglich angenähert. Er steht für ein Gewebe, das Kette und Schussfaden, Ja und Nein enthält. Er umfasst die Einheit der Gegensätze – Gut und Böse, Leben und Tod, Liebe und Hass – aller Extreme im gesamten Spektrum unserer Emotionen und Empfindungen.

Diese Lehre eignet sich nicht für Kinder. Es bedarf einer gewissen Reife, um sie zu begreifen. Würde ein Kind eine solche Lehre hören, es würde aufhören, Regeln zu respektieren und zu gehorchen. Denn es würde nur sehen, dass alles erlaubt ist. Man kann ja nichts falsch machen, wenn man in alle Ewigkeit alles ist, was besteht. Man kann sterben und alles vergessen, was macht das schon für einen Unterschied? Es gibt schließlich immer Licht jenseits der Dunkelheit, und man kann immer wieder neu anfangen. So würde ein Kind auf diese Lehre reagieren. Der Erwachsene aber würde begreifen, dass selbst nach einem Neuanfang sich die alten Muster von neuem entwickeln würden. Alles würde wieder genau so sein, wie es vorher war, genau wie auch die physikalischen Kräfte in den Dingen ihren zugrunde liegenden Gesetzen von neuem folgen. Was für die äußere Welt gilt, gilt auch für die innere.

Die Erleuchtung besteht im Buddhismus einfach darin, dass man das Geheimnis der Einheit der Gegensätze kennt – die Einheit der inneren und der äußeren Welt – und dass man dieses Geheimnis mit erwachsenen und nicht mit kindlichen Augen betrachtet. Es bedeutet Erwachsenwerden im eigentlichen Sinn. Wer diese Lehre missversteht, sitzt einem Irrtum auf. So wie in unserer Kultur sich viele fromme Menschen gegen das Leben stellen, so kann man den Lehren des Buddhismus folgen, ohne sie zu verstehen – wie es Saraha, ein Tantra-Lehrer um 1000 n. Chr. in seiner Kritik an der Orthodoxie im Hinduismus und Buddhismus formulierte: "Die Brahmanen, die die Wahrheit nicht kennen, rezitieren die vier Vedas vergeblich. Sie treffen mit Erde, Wasser und Kushagras ihre Vorbereitungen. Sie sitzen zu Hause und zünden Feuer an. Die sinnlosen Opfer, die sie bringen, quälen nur ihre Augen mit beißendem Rauch. In herrschaftlichem Gewand, mit einem oder gar drei Stäben versehen, halten sie sich mit ihren brahmanischen Gesetzen für weise. Die Eitelkeit, mit der sie die Welt unterwerfen, ist selbst eitel. Sie wissen nicht, dass Dharma dasselbe ist wie Nicht-Dharma. Diese Herrschaften reiben ihren Körper mit Asche ein und haben verfilztes Haar auf den Köpfen. In ihren Häusern entzünden sie Lampen. Sie setzen sich in die Ecke und klimpern mit Glöckchen. Sie nehmen eine Pose und einen starren Blick an, sie flüstern den Menschen in die Ohren und täuschen sie, sie lehren Witwen und kahlköpfige Nonnen und stecken ihr Geld ein.

Die Jaina-Mönche verhöhnen den Pfad durch ihre äußere Erscheinung mit den langen Fingernägeln und verdreckten Gewändern, wenn sie sich nicht nackt und mit zerzaustem Haar selbst mit ihrer Lehre von der Befreiung versklaven. Wenn Nacktheit Befreiung bedeutet, dann haben Hunde und Schakale die Befreiung erlangt. Wenn fehlender Haarwuchs Vollkommenheit bedeutet, dann findet man sie auf den Hüften der Mädchen. Wenn die Erlösung durch reichlichen Haarwuchs zu erlangen ist, dann haben Yaks und Pfauen sie erlangt. Wenn Weisheit bedeutet, das zu essen, was man findet, dann sind Elefanten und Pferde weise. Für diese Jaina-Mönche gibt es keine Erlösung. Ohne die Wahrheit des Glücklichseins schinden sie nur ihren armen Leib."

Saraha fährt fort: "Dann sind da die Novizen und Bhikshus (buddhistische Mönche), die der alten buddhistischen Schule des Theravada anhängen und der Welt entsagen, um Mönche zu werden. Einige von ihnen sieht man bei der Lektüre von Schriften. Manche welken dahin, während sie sich auf das Denken konzentrieren. Andere wenden sich dem Mahayana zu, von dem sie sagen, es lege den Originaltext aus. Wieder andere meditieren einfach über Mandala-Kreisen. Weitere Mönche bemühen sich, den vierten Zustand der Seligkeit zu definieren. Manche stellen ihn sich als Raum vor, andere sprechen ihm die Eigenschaft der Leerheit zu, und so werden sie sich niemals einig. Wer aber auf der Suche nach dem Nirwana ist und durch seine Bindung an eines dieser Vehikel von dem, was ihm eingeboren ist, abgetrennt ist, hat keine Aussicht, die absolute Wahrheit zu erlangen. Wie kann der sich befreien, der sich auf methodische Fragen versteift? Kann man Befreiung erlangen, indem man in Meditation verharrt? Was nützt der Gebrauch von Lampen oder das Bringen von Opfern? Was kann man erreichen, wenn man sich auf Mantras verlässt? Welchen Nutzen bringt Strenge gegen sich selbst, und was helfen Pilgerreisen? Lässt sich Befreiung durch das Baden in Wasser erlangen? Nein. Löst euch von solch falschen Bindungen und kehrt solchen Illusionen den Rücken."

Hierin liegt die Weisheit der Berge.

# 6. Die Überwindung der Dualität

Ich möchte am Anfang dieses Themenkomplexes gern die Mann-Frau-Symbolik des tantrischen Yoga besprechen und dann andere Aspekte des Mahayana beleuchten.

Beim Betrachten tantrischer Kunst werden Sie feststellen, dass jeder Buddha oder jeder Buddha-Aspekt ein weibliches Gegenstück besitzt, und nicht nur das – sie haben auch, je nach der Ebene, auf der sie sich zeigen, unterschiedliche Gestalten. So gibt es zum Beispiel die fünf Dhyani-Buddhas, die eine Rosenblüte darstellen – einer in der Mitte, die anderen vier darum herum. Jeder hat die entsprechende Bodhisattva-Gestalt, und jeder Bodhisattva hat seinerseits wieder die ihm zugeordnete Heruka-Gestalt. Das ist ein raues, merkwürdiges und wahnsinniges Wesen, das oft mit einem Stierkopf dargestellt wird. Alle diese Gestalten sind aber Erscheinungsformen der ursprünglichen fünf Buddhas. Ob sie nun in der Gestalt eines Bodhisattva oder eines Heruka auftreten – sie lassen sich alle auf die ursprüngliche Gruppe der Dhyani-Buddhas zurückführen.

Nun haben all diese Figuren weibliche Gegenstücke, und diese männlichweiblichen Paare sind immer so dargestellt, dass sie sich an allen Gliedern berühren, in der vollkommenen Umarmung der sexuellen Vereinigung. Damit ist die Vorstellung verbunden, dass diese Umarmung in alle Ewigkeit fortdauert und nie enden wird, und darin soll sich die Resonanz des Lebens ausdrücken. Im tantrischen Yoga geht es letztlich um Selbsterkenntnis. Ohne Resonanz geschieht nichts. Stellen wir uns einen Raum vor, in dem alle Wände, der Fußboden und die Decke schallisoliert sind. Man könnte kaum jemanden sprechen hören, weil die Stimme nicht trägt. Eine Badewanne dagegen lädt förmlich zum Singen ein, weil es so viel Resonanz gibt. Sie vibriert mit, und plötzlich klingt die Stimme richtig gut. Darum haben auch Geigen, Cellos und Kontrabässe einen hohlen, hölzernen Resonanzkörper, der den Klang verstärkt, der ihn zurückwirft.

Vielleicht lässt sich so auch unsere Begeisterung fürs Fotografieren und das schriftliche Festhalten von Dingen erklären. Ganz besonders aber gilt dies für die Erinnerung – es sind alles Formen der Resonanz. Ein Mensch, der unter vollkommener Amnesie leidet, der sich an überhaupt nichts mehr erinnern kann, kann sich selbst nicht kennen. Vielleicht gibt es auch Lebewesen, die nicht wissen, dass sie existieren. Ich weiß nicht, ob die Zellen, aus denen sich mein Körper zusammensetzt, wissen, dass sie existieren. Vielleicht ja. Vielleicht gibt es ja irgendein wunderbares Resonanzsystem, das mir nicht bewusst ist, und sie machen sich ernsthaft Sorgen, was ich mit ihnen tun werde. Sie halten vielleicht Konferenzen und Tagungen ab und knobeln ihrerseits Strategien aus, was denn nun mit mir, dem verantwortlichen Lebewesen, zu tun sei. Es ist gut möglich, dass nach unserem Tod unsere Zellen plötzlich sagen: "Gott ist tot." Dann kommt es zu einer theologischen Debatte, und sie sagen: "Wir müssen uns ab jetzt um unser eigenes Überleben kümmern." Vielleicht gibt es ja ein derartiges System, aber das kann ich nicht mit Sicherheit wissen. Jedenfalls braucht der Mensch ein Echo, um zu wissen, dass es ihn gibt. Ich habe dazu den folgenden Limerick geschrieben:

Einem Mann wird's beim Denken ganz heiß:
Ich weiß, dass ich weiß, was ich weiß.
Doch wo, frag ich mich,
Begegne ich meinem Ich,
Das weiß, dass ich weiß, dass ich weiß?

Alles, was mit Erinnerungen und Aufzeichnungen zusammenhängt, fasziniert uns ungeheuer. Wenn Menschen zu einem Treffen zusammenkommen, heißt es oft: "Wie schön, dass wir alle hier sind. Nur schade, dass keiner einen Fotoapparat mitgebracht hat." Aber mit solchen Aufzeichnungen ist immer ebenso ein Gewinn wie ein Verlust verbunden. Manche Menschen sind daher für das Fotografieren, während sich andere die Dinge lieber ansehen und sie dann loslassen. Das fiel mir besonders auf einer Reise durch Japan auf. Meine Schüler brachten Kameras mit und waren ständig am Fotografieren. Ich hatte auch eine Kamera dabei und tat genau das Gleiche, aber gleichzeitig hatte ich das Gefühl, die Kamera hindere mich am eigentlichen, unmittelbaren Erleben.

Ich hatte diesen kleinen Kasten, mit dem ich herumlief und das Leben am Schlafittchen packte. Sicherlich war es herrlich, heimzukommen und die Fotos anzuschauen. Aber die Fotos bleiben doch irgendwie hinter dem eigentlichen Erlebnis, das man fotografiert hat, zurück. Fotografie und Malerei verfügen über eine große Faszination. Es sind Formen der Reproduktion – das haben sie mit der Sexualität gemeinsam. Sie gleichen der sexuellen Reproduktion auch insofern, als sie ausdrücken, dass man hier ist, dass man lebt. Sie sind eine Resonanz des Lebens. Nun sagt eine religiöse Denkschule: "Lass los. Binde dich nicht. Lebe im Augenblick." Krishnamurti pflegte zu sagen: "Versuche nicht, dich an alles zu erinnern."

Ein wenig Tatsachengedächtnis braucht man schon, um sich seinen Namen, seine Adresse und Telefonnummer und dergleichen zu merken. Aber häng dich nicht an Erinnerungen wie an Schätze – nach dem Motto: "Ich hebe diese Locke von meiner Freundin auf, und jedes Mal, wenn ich sie in die Hand nehme und anschaue, macht mich das glücklich." Das heißt an der Erinnerung haften, und damit bleibt man an der Vergangenheit und am Tod hängen.

Die andere Denkschule steht im Gegensatz dazu und begibt sich, wie Henry Miller, ins "Land der Erinnerung". Hier heißt es: "Halte alles fest und setze dich damit auseinander. Behalte die Locke deiner Freundin und hebe alle Fotos auf." Sie haben sicher schon erlebt, dass bei manchen Leuten das Klavier vollgestellt ist mit Fotos und Erinnerungsstücken. Ich war einmal bei Gloria Swanson eingeladen. Ich habe noch nie ein Haus gesehen, das so voll von Erinnerungsstücken war. Wohin man auch sah, überall sah man Fotos von Gloria Swanson, aufgenommen bei allen möglichen Gelegenheiten, Autogramme und Auszeichnungen. Ich besuchte auch einmal die Frau eines früheren Erzbischofs von Canterbury. Das ganze Haus war eine einzige Gedenkstätte, jedes Möbelstück kam mir vor wie ein Grabstein, versehen mit einer Plakette "Geschenk anlässlich dieser oder jener Gelegenheit". Vielleicht sagen Sie nun: "Diese Menschen haben nicht teil am wirklichen Leben, weil sie sich zu sehr in die Vergangenheit vergraben." Andererseits aber – was ist das Leben ohne Erinnerung, Resonanz und Echo?

Es ist wohl kaum nötig, die Zweischneidigkeit dieser beiden Auffassungen hervorzuheben. Wer verständig ist, schlägt sich dabei nicht auf eine Seite, sondern vertritt beide Standpunkte. Darin liegt die Bedeutung der Einheit von Samsara und Nirwana. Einerseits löst man sich von allem und lebt im ewigen Jetzt, denn das Erinnerte ist nur Illusion – aus und vorbei. Alles, was einen Eindruck in uns hinterlassen hat, ist vorbei. Das ist die Bedeutung des Begriffs Maya, Illusion. Es gibt nur das ewige Jetzt, den gegenwärtigen Augenblick, und es wird niemals etwas anderes geben. Alles Erinnern geschieht in der Gegenwart – das Gedächtnis existiert im ewigen Jetzt.

Andererseits – welche Freude ist damit verbunden, die Lebensspanne auszudehnen, ihr ein Echo zu geben und sich darauf einzulassen, sich zu verlieben und Bindungen einzugehen!

R. H. Blyth schrieb mir einmal in einem Brief: "Was treibst du denn so dieser Tage? Ich für mein Teil verzichte auf jede Form von Satori und Erleuchtung und versuche, mich an so viele Menschen und Dinge wie möglich zu binden."

Es ist ein Balanceakt wie beim Fahrradfahren. Man spürt, wie man gleich auf der einen Seite herunterfällt, lenkt dorthin und bleibt oben. Genau so steuern Sie gegen, wenn Sie spüren, dass Sie sich allzu sehr an das Leben gebunden haben, indem Sie sich bewusst machen, dass außer dem ewigen Jetzt nichts Bestand hat. Wenn Ihnen diese einzige Gewissheit des ewigen Jetzt neue Sicherheit gegeben hat, können Sie sich sozial, politisch, in der Liebe, der Familie, in einem wissenschaftlichen oder künstlerischen Projekt engagieren. Beides gehört stets zusammen.

Darin liegt die Bedeutung der Sexualsymbolik des tantrischen Yoga. Der männliche Teil weiß nur, dass er existiert, wenn es ein weibliches Echo gibt. Und der weibliche Teil ist sich des Daseins nur bewusst, wenn etwas Männliches existiert. Ohne Eltern ist noch niemand zur Welt gekommen – es führt einfach kein anderer Weg dorthin.

Diese Vorstellung von gleichzeitiger Anbindung und Ablösung, von Involution und Evolution möchte ich erläutern. Involution und Evolution – das ist das

Hineingezogenwerden und die Entwicklung, das Herein und Hinaus. Das tantrische Yoga stellt dies alles in seiner höchst ungewöhnlichen Symbolik dar, die sich nicht nur der sexuellen Funktionen, sondern des gesamten Nervensystems bedient. In der Yoga-Philosophie gibt es den Begriff der psychischen Anatomie, und diese psychische Anatomie gehört zum feinstofflichen Körper. Nach diesem feinstofflichen Körper braucht man im physischen Organismus gar nicht erst zu suchen. Es handelt sich nicht um einen Anhang zum physischen Organismus oder um eine Art Geist, der ihn begleitet. Der physische Leib ist derjenige, den die anderen wahrnehmen. Der feinstoffliche Körper ist die Art und Weise, wie wir uns selbst wahrnehmen.

Die Anatomie des feinstofflichen Körpers besteht aus Involutions- und Evolutionsvorgängen. Sie werden bildlich in einem baumartigen Rückgrat dargestellt, vor dem sich zwei Pfade kreuzen. Auch das vertraute Bild der beiden um einen Stab gewickelten Schlangen, das wir als Symbol des Merkur kennen, stellt den gleichen Gedanken dar. In der Alchimie ist Mercurium, Quecksilber, die Spiegelsubstanz, das Leere, das reine, klare Licht. Die gleiche Funktion erfüllt im Buddhismus der Diamant. Das Rückgrat oder der Kanal des feinstofflichen Körpers wird als *Sushuna* bezeichnet, die sich kreuzenden Pfade als *Ida* und *Pingala*. In dem einen Kanal steigt etwas hinab, in dem anderen steigt etwas auf. Unten am Rückgratbaum sitzt nach dem Chakra-System des Tantra-Yoga Kundalini, die Schlangenkraft. Sie wird als ein auf den Kopf gestelltes Dreieck mit einem Phallus dargestellt, um den sich eine schlafende Schlange wickelt. Das bedeutet Involution – sich ganz verwickeln lassen. Das Sexualsymbol wird verwendet, weil es für das völlige Aufgehen steht.

Sobald man dieses völlige Aufgehen erlebt hat, geht es darum, wieder herauszukommen. Der Yoga-Prozess wird als das Wecken der Schlange dargestellt, die in den Maya-Schlaf versunken ist. Von Trugbildern getäuscht, glaubt sie, dass die Welt tatsächlich existiert. Anders ausgedrückt: Der Mann ist von seinem weiblichen Echo, die Frau durch ihr männliches Echo gefangen worden. Eine dritte Möglichkeit, dies auszudrücken, lautet – man hat sich von der Erinnerung fangen lassen – man glaubt, die Gegenstände der Erinnerung seien wirklich da. Man macht sich nicht klar, dass nur das ewige Jetzt Bestand

hat. Mit anderen Worten – man ist involviert. Man hat Schlagseite in Richtung Verwicklung bekommen. Wenn man an einem Ende des Spektrums angekommen ist, vergisst man, wo man ist. Man fällt in einen Zustand des Nichtseins. Natürlich ist es kein wirkliches Nichtsein – man findet immer den Weg zurück, aber wenn man zu weit in die eine Richtung geht, ist einem dies nicht bewusst. Deshalb muss der Entwicklungsprozess einsetzen. Er wird in der Vorstellung veranschaulicht, dass man die im Kundalini, dem Sexualzentrum, befindliche Energie herausziehen und sie wieder in die obere Rückgratregion, von der sie kam, zurückschicken kann.

Zur Praxis des sexuellen Yoga gehören ein Mann und eine Frau, die wirklich oder spirituell miteinander verheiratet sind. Der Mann nimmt die normale Meditationshaltung ein. Die Frau setzt sich auf ihn und schlingt die Beine um seinen Körper, die Arme um seinen Hals. Er hält ihren Leib umfangen. In dieser Haltung mobilisieren sie die Sexualkraft. Nun aber geht es darum, diese Energie nicht wie sonst im Orgasmus zu zerstreuen, sondern sie das Rückenmark hinauf ins Gehirn zurückzuschicken. Das ist nicht wörtlich, sondern symbolisch gemeint. Wollte man das wörtlich nehmen, würde man einen Aberglauben schaffen. Das wäre so, als stellte man sich den Himmel dort irgendwo im Blauen vor und meinte, seine Straßen seien mit Gold gepflastert, und Engel hüpften in Nachthemdehen umher und spielten Harfe. Alle derartigen Bilder beziehen sich in Wirklichkeit auf unsere innere, auf unsere psychische Anatomie. Das Himmelreich liegt im Menschen selbst. Als Jesus gen Himmel fuhr, ging er in seine eigene Mitte und verschwand.

Wenn wir vom Himmelstor sprechen, so stellen sich die Menschen ein richtiges Tor aus Perlen vor, wie in der Offenbarung beschrieben. Es ist aber nichts dergleichen gemeint – vielmehr steckt die Idee dahinter, dass die Himmelstore Perlen in ihrer vollkommenen sphärischen Form und ihrem Glanz gleichen. Diese Konnotationen verbinden sie mit der hinduistischen Vorstellung, in der die vielen Inkarnationen, die jemand durchläuft, Perlen auf einer Schnur gleichen. Diese Schnur heißt Sutra atman. Sutra heißt Faden, Atman Ich. Das Sutra atman ist der Faden des Ich, an dem die Perlen der Reinkarnationen hängen. Das Ich ist aber so zart, dass es schon einem Nicht-Ich gleicht. Damit

sind wir wieder bei der Vorstellung, Kundalini, die Schlangenkraft, den Baum des Rückgrats hochzuschicken. Um die Schlange zu bewegen, muss man erkennen, dass es keinen Besitz gibt, dass alles zerfällt und Erinnerungen ein Festhalten an Illusionen sind. Wenn man sich so weit entwickelt hat, dass man dies versteht, kann man sich wieder von neuem engagieren.

Zu dieser tantrischen Symbolik gehört auch das herrliche Bild von der zwischen Systole und Diastole hin- und herpulsierenden Welt, von Bindung zu Nichtbindung. Damit kommen wir zur Vorstellung vom befreiten Bodhisattva zurück, der losgelassen hat, nicht mehr angebunden ist und das Erinnern aufgegeben hat. Hinter dem Aufgeben des Mannes oder der Frau als Resonanzkörper steht die Vorstellung, dass man durch diese Aufgabe Freiheit erlebt und sich nur noch im ewigen Jetzt aufhält.

Der Bodhisattva allerdings verharrt nicht in diesem abgelösten Zustand, sondern kehrt in die Welt zurück. Es gibt viele amüsante Lehrgeschichten von Bodhisattvas, die als Bettler oder Huren in der Welt auftreten und jedes nur vorstellbare Mittel einsetzen, um ihre Mitmenschen zu befreien.

Das Bild von der Systole und Diastole, Anbindung und Loslassen, geht auf das ursprüngliche Hindu-Bild von der Welt als *Pralaya* und *Manavantara* zurück. Manavantara ist die Zeit, in der Brahma 4 320 000 Jahre lang in einer Vielzahl von Verkörperungen erscheint. Pralaya ist die Zeit, in der er sich zurückzieht und alles verschwindet. Dieser Wechsel zwischen Pralaya und Manavantara setzt sich in alle Ewigkeit fort, nicht nur in unserer Welt, sondern auch in anderen Raum- und Zeitdimensionen. Die buddhistische Vorstellung, alle Bindungen an die Welt aufzugeben und doch in ihr zu bleiben, ist der Wechsel zwischen Manavantara und Pralaya in neuem Gewand.

Vielleicht empfinden Sie diesen Kreislauf als ziemlich monoton. Monotonie ist tatsächlich eine Grundstimmung im Buddhismus. "Fangen wir schon wieder von vorne an? Ich bin es müde. Wir wollen schlafen und die Zeit anhalten." Aber wenn man anhält, vergisst man alles, was je geschehen ist. Dieses Vergessen ist herrlich – die Welt kann von neuem beginnen, ohne dass man weiß, dass alles schon einmal geschehen ist. So wird es niemals langweilig – das Heilmittel

gegen die Langeweile ist gefunden. Man begegnet vielerlei Problemen, aber da man sich nicht an die Probleme erinnert, die man früher schon einmal gehabt hat, werden auch diese nicht langweilig, bis man wieder Erinnerungen gesammelt hat. Wenn man genug von den Problemen hat und sie einen zu langweilen beginnen, entledigt man sich wieder seiner selbst. Das nennt man Tod, eine wunderbare Einrichtung, die alles jung und neu erhält und dafür sorgt, dass sich die Welt weiterdreht, ohne ihrer selbst überdrüssig zu werden.

Dies sind die zwei Grundvorstellungen vom Sein, und sie werden dualistisch dargestellt – als Mann und Frau, Licht und Dunkel, Gegenwart und Erinnerung. Vergessen Sie nicht, dass die Erinnerung nicht nur die Vergangenheit, sondern auch die Zukunft erschafft. Sie wüssten nicht, dass morgen etwas geschehen wird, wenn Sie sich nicht erinnerten, dass gestern etwas geschehen ist. Sie vermuten, dass die Sonne morgen aufgehen wird, denn schließlich hat sie es auch gestern und vorgestern getan. Wenn Sie sich nicht an die Vergangenheit erinnern könnten, wüssten Sie nicht, dass es ein Morgen gibt. Und es gibt auch tatsächlich kein Morgen. Morgen ist eine Illusion, die das Gedächtnis hervorbringt, genau wie Gestern. Es gibt sie einfach nicht. Wo ist denn Morgen? Bringen Sie mir doch einmal die Zeitung von morgen!

Wenn Sie diese Dinge zu Ende denken, ist Ihnen vielleicht, als befänden Sie sich schon bald am Rande des Wahnsinns. Mir geht es manchmal so, wenn ich einen Meditationszustand erreiche. Kein Grund, sich Sorgen zu machen. Lassen Sie los und lassen Sie sich treiben – Sie kommen schon wieder heil an, wie die Gummilampe. Das Gefühl, gleich den Verstand zu verlieren, kommt daher, dass man das Gefühl hat, man hat die Kontrolle über sein Leben an jemand anderes oder an etwas anderes abgegeben. Es stimmt schon – irgendetwas muss die Steuerung übernehmen. Wenn Sie lange genug Auto gefahren sind, sagen Sie auch zu Ihrer Frau: "Fährst du jetzt mal ein Stück?" Sie sehnen sich nach der Erleichterung, abgelöst zu werden. Das, was Sie ablöst, ist aber unbemerkt immer in Ihnen gegenwärtig. Sie brauchen es nicht zu fürchten. Es erneuert sich ständig, weil es sich ständig vergisst – eine ganz wunderbare Einrichtung. Es ist schon seltsam, wie wir immer im Wechsel zwischen Erinnern und Nicht-Erinnern leben. Wir erinnern uns an die Dinge lange genug, um zu wissen, dass

wir hier sind. Ohne Erinnerung könnten wir das nicht wissen. Aber wenn die Erinnerung allzu sehr auf uns lastet und wir zu sehr hier sind, suchen wir Befreiung durch die Erkenntnis, dass alles Erinnerte Illusion ist, dass es weder Zukunft noch Vergangenheit gibt sondern allein den Augenblick. Wenn man aber die Befreiung erreicht hat, kommt man gern zurück und spielt von neuem das Erinnerungsspiel. Befreiung ist ein Reinigungsprozess. Man wischt die Tafel ab und beginnt von neuem, darauf zu schreiben. Das ist der Prozess, durch den das Leben weitergeht.

Ich habe eine Aufnahme von Mönchen gehört, die auf dem Koya-san, dem Koya-Berg, dem Allerheiligsten der japanischen Vajrayana-Anhänger, Sutren rezitieren. Diese Mönche sind ganz normale junge Männer, wie man sie überall findet. An einem amerikanischen College würden sie vielleicht Football spielen. Manche von ihnen haben nicht die geringste Ahnung, was sie beim Rezitieren eigentlich tun. Vielleicht besitzt der Vater einen Tempel, und sie müssen nun die Tradition fortführen – schließlich handelt es sich um einen Familienbetrieb. Manche wissen also tatsächlich nicht, worum es beim Rezitieren geht. Sie und ich finden uns vielleicht dort hinein, indem wir dazu tanzen und dabei abheben, so wie es ursprünglich auch gedacht war. Aber für viele dieser Mönche ist dieses Absingen der Sutren nur eine lästige Pflichtübung, für die sie jeden Morgen um fünf Uhr aufstehen müssen. Sie müssen das alles lernen und dürfen keinen Fehler machen. Das gelingt ihnen auch, aber sie haben völlig vergessen, warum sie es tun und was dem eigentlich zugrunde liegt.

Die Mönche auf dem Koya-Berg haben in ihrer historischen Entwicklung ihrer Lebensweise einen Punkt erreicht, an dem sie oft so viel von dieser Lebensweise erinnern, dass sie nichts Neues mehr für sie enthält. Sie spulen einfach ein Ritual ab. Das ist eine Variation des Paradoxes, von dem ich vorhin sprach – das Echo der Erinnerung, das dem Menschen sagt, dass er existiert, kann ihn auch gefangen halten. Dass man durch das Echo von seiner Existenz weiß, ist sicher ein Vorteil, aber das Gefangensein ist der Preis, den man für das Existieren zahlt. Dafür muss man dankbar sein, denn jemand hat es uns gegeben.

In der jüdisch-christlichen Tradition hat Gott uns das Dasein gegeben, und wir sollen dankbar sein und sagen: "Lieber Gott, alles Böse, was ich getan habe, habe ich selbst angerichtet, und alles Gute, was ich getan habe, habe ich durch dich getan." Was für ein wunderbares Durcheinander – irgendwann muss man doch den Menschen sagen: "Schluss damit!"

Wie gern hätte ich genug Japanisch gesprochen, um den jungen Männern auf dem Koya-Berg zu sagen: "Macht euch doch einmal klar, was euch Wunderbares gegeben ist. Genießt es! Kommt zusammen, haltet euch an den Händen, rezitiert diese Sutren und setzt etwas in Bewegung!"

Mit der Beschreibung des Hin-und-her-Pendelns zwischen Erinnern und Vergessen habe ich unsere Fähigkeit angesprochen, von einer Haltung zur anderen, von einer Situation zur anderen hin- und herzuschalten. Dieses Pulsieren ist das Wesen unserer Existenz, unser Herzschlag, die Schwingungen von Licht- und Klangwellen. Alles geht immer hin und her und vermittelt uns so das Gefühl des Hierseins. Dieses Spiel des Wissens hat seine eigene Bedeutung. Um meine Gedanken zu diesem Pulsieren zu beenden, möchte ich zum Abschluss über eine Mahayana-Schule reden, die bisher noch gar nicht zur Sprache kam. Es handelt sich um die Jodo-Shin-shu, die Sekte des Reinen Landes, die im Fernen Osten die beliebteste Form des Mahayana-Buddhismus ist. In ganz Japan und China folgen die Massen dieser Richtung, die Amitabha, einen der Dhyani-Buddhas, als Leitfigur verehrt. Sein Name bedeutet "grenzenloses Licht". Er verkörpert einen Aspekt des Mahavairochana, des großen Sonnen-Buddha, der sich historisch wahrscheinlich vom persischen Ahura Mazda herleitet, dem großen Sonnengott der Mazdianer und Parsen. Aber auch wenn Ahura Mazda beim Entstehen des Sonnenbuddhas Pate gestanden haben mag, ist die persische Gottesvorstellung vom Buddhismus gründlich verändert worden.

Sie haben sicher Fotos von Daibutsu, dem Großen Buddha in Kamakura gesehen. Das ist eine riesige Bronzefigur, die in einem wunderschönen Park sitzt und von Kiefern umgeben ist. Der ursprüngliche Tempel um ihn wurde schon vor langer Zeit von einer Flut zerstört – Gott sei Dank! Hätte sie den Tempel

nicht zerstört, hätte niemand diese Figur wirklich zu sehen bekommen. Dieser riesige Bronzebuddha ist etwa 14 Meter hoch. Um ihn herum tobt das Leben. Schulkinder kommen zu Tausenden auf Ausflügen vorbei, ständig wird er fotografiert, Souvenirhändler sind ständig dort unterwegs, und immerfort werden dort Bonsai-Bäume ausgestellt. Mitten in alledem sitzt Buddha und schaut die ganze Zeit herab. Er lässt alles leiser werden. Wie viel Trubel auch immer gerade im Park ist – das große Haupt des Buddha beherrscht alles, man kann es nicht ignorieren. Es sagt nicht: "Seid still!" aber sein Gesichtsausdruck ist so friedfertig, dass man von dem Strom des Friedens, der von ihm ausgeht, erfasst wird. Das ist der Buddha Amida oder Amitabha. Er ist nicht der historische Shakyamuni Gautama Buddha, der in Indien lebte, sondern einer der Dhyani-Buddhas, die nicht in der Welt erscheinen.

Die Religion, die mit dieser Figur verbunden ist, ist die Wahre Sekte des Reinen Landes, auf japanisch Jodo-Shin-shu. Wo sonst, wenn nicht in Indien, findet diese Religion ihre Wurzeln. Sie hat aber durch die beiden mittelalterlichen buddhistischen Heiligen Honen und Shinran ihre spezifisch japanische Prägung erfahren.

Es ist eine ganz eigenartige Religion, die von der Idee ausgeht, dass wir zur Zeit in der dekadentesten Epoche der Geschichte leben. Diese Ansicht leitet sich von der Hindu-Vorstellung her, dass wir uns in einer Endzeit (*Kali yuga*) befinden, die sich dadurch kennzeichnet, dass alles gänzlich verdorben ist. Diese Epoche begann am 23. Februar 3023 v. Chr. Sie wird weitere fünftausend Jahre andauern, und dann wird alles zerfallen, und das Universum sinkt aus Schwäche in sich zusammen. In dieser dekadenten Zeit kann niemand wirklich tugendhaft sein. Die Menschen, die sich in dieser Zeit um Tugend bemühen, tun im Grunde nur so, sie sind nicht wirklich rein. Sie spenden Geld für einen guten Zweck – nicht etwa, weil sie die Menschen lieb haben, denen sie das Geld geben, sondern aus dem Gefühl heraus, dass sie dazu verpflichtet sind. Ihre Beweggründe sind notwendigerweise schlecht, und deshalb ist es auch niemandem möglich, sich aus den Ketten des Karma zu befreien. Je mehr die Menschen versuchen, ihrem Karma, ihrer Prägung, ihrer Verbindung zur Vergangenheit zu entkommen, desto tiefer verstricken sie sich ins Karma. Daher

sind alle Menschen, die jetzt, in der Kali yuga-Endzeit leben, einfach hoffnungslos selbstsüchtig.

In einer solch katastrophalen Lage kann man nicht auf Jiriki, die eigene Kraft vertrauen, um sich von seinem Ich zu befreien. Man muss sich auf die Tariki-Kraft verlassen – die Kraft, die außerhalb des Einzelnen liegt. Für die Jodo-shin-Sekte stellt sich diese Tariki-Kraft in der Gestalt des Amitabha – auf Japanisch Amida – dar, dieser großen wohlwollenden Buddha-Gestalt im Park von Kamakura, die jeder liebt. Er unterscheidet sich auf eigentümliche Weise von den strengen, autoritären Gottesgestalten, die wir im Westen kennen. Er sitzt dort in heiterer Ruhe. Er predigt nicht. Es genügt, voll Ehrfurcht seinen Namen zu nennen: "Namu Amida Butsu." – Das heißt: "Der Name des Amida Buddha." Und dann wird man nach dem Tod in einem besonderen Paradies wiedergeboren, das *Sukhavati* oder auf Japanisch *Jodo*, das reine Land, heißt. Dort ist es leicht, zur Erleuchtung zu gelangen. Dort gibt es nicht die Schwierigkeiten, mit denen wir hier in unserem täglichen Leben zu kämpfen haben.

Jeder, der im reinen Land geboren wird, kommt in einer Lotosblüte zur Welt. Es gibt dort einen riesigen Lotosteich. Amida sitzt mit all seinen Getreuen dort, und die Lotosblüten steigen aus dem Teich auf. Die Knospen bersten, und in jeder Knospe ist ein neues kleines Wesen, jemand, der auf Erden die Namu Amida Butsu-Formel gesprochen hat und nun wie ein Buddha auf einer Lotosblüte sitzt. Im Museum auf dem Koya-Berg hängt ein großes Gemälde, das die Ankunft im reinen Land darstellt. Es zeigt die Ansicht von Amitabha und seinem Gefolge – zu denen etwa die Apsaras gehören, die uns mit wunderbaren, sehnsuchtsvollen Augen anschauen. Wenn Sie dort hinkommen, brauchen Sie nur zu sagen: "Namu Amida Butsu." Sagen Sie es einfach. Sie brauchen nicht einmal zu glauben, dass es wirkt.

Es ist kaum zu glauben, aber dies ist die Religion der meisten Buddhisten in Japan. Wenn Sie wirklich davon überzeugt sind, dass Sie nach Sukhavati kommen, weil Sie "Namu Amida Butsu" gesagt haben, dann werden Sie voller Dankbarkeit anderen Menschen beistehen, solange Sie in dieser Welt sind und

zum Bodhisattva werden. Das Entscheidende aber ist, dass Sie das nicht aus eigener Kraft tun können. Und in dem Augenblick, in dem Sie das doch für möglich halten, haben Sie die Grenze überschritten. Sie müssen in die völlig entgegengesetzte Richtung gehen. Sie müssen anerkennen, dass Sie keine Macht oder Fähigkeit besitzen, Tugend oder Selbstlosigkeit zu entwickeln.

In dieser Religion hat sich auch eine besondere Art Heiliger entwickelt, den man *Myoko-nin* nennt. *Myo* heißt "wunderbar", *ko* heißt "schön", und *nin* heißt "Mensch". Myoko-nin sind ganz besondere Menschen.

Unter all den Geschichten, die man von ihnen erzählt, ist auch die von einem Reisenden, der nachts zu einem Tempel kam. Er trat ein, nahm die heilig gehaltenen Kissen, auf denen die Priester sitzen, breitete sie vor dem Altar aus und legte sich schlafen. Am Morgen kam der Priester herein und fragte: "Was ist denn hier los?" Der Myoko-nin schaute ihn an und sagte: "Sie sind wohl fremd. Sie gehören nicht zur Familie."

Der Myoko-nin wusste, dass alles Große im Leben nicht durch das eigene Zutun entsteht, sondern von der Seite der Erfahrung, von der wir annehmen, dass sie zum Anderen gehört. Es gibt Menschen, die glauben, das liege nur an einer gespaltenen Erfahrung des Ich. Das sind die Jiriki-Anhänger. Die Tariki-Anhänger glauben, es kommt von außerhalb.

Wenn man sich in die Lehren der Schule des Reinen Landes vertieft, stellt man fest, dass das einfache Volk glaubt, dass Amitabha Buddha tatsächlich auf einer goldenen Lotosblüte sitzt, umgeben von all seinen Apsaras und allem, was dazugehört. Die einfachen Priester auf dem Dorf bestehen auch darauf, dass man dies zu glauben habe. Die weniger naiven Priester glauben ganz und gar nicht daran. Sie wissen, dass Amitabha in unserem Inneren zu finden ist. Er ist in dem Teil, den wir als nicht zu uns gehörig definieren.

Es liegt in der Natur der Dualität, dass Ich und Nicht-Ich zusammengehören. Es ist nicht nötig, sich an sein Ich zu klammern und sich dem Anderen entgegenzustemmen. Alles, was Sie das Andere nennen, sind auch Sie. Das wird Ihnen bewusst, wenn Sie einen beliebigen Aspekt einer Dualität ins Extreme

verfolgen. Verfolgen Sie beispielsweise die Idee des vollkommenen Mutes, der Fähigkeit, alles loslassen zu können, ein wahrer Zen-Mönch zu sein, allen Besitz zurückzulassen, in einer Scheune zu leben, mitten in der Nacht in der Kälte aufzustehen, nichts als Reis und eingelegtes Gemüse zu essen und dergleichen mehr. Wenn man diesen Weg konsequent zu Ende geht, kann man Befreiung erreichen. Aber wenn es gelingt, kommt man letztlich an demselben Ort an, den ein Mensch erreicht, der den entgegengesetzten Weg eingeschlagen hat – der das absolute Nichtstun gewählt hat.

Befreiung kommt von allein. Der Mensch, der sich nicht bemühen will, stößt auf genauso viele Schwierigkeiten wie derjenige, der den Pfad des vollkommenen Mutes einschlagen will – denn wie ist es möglich, sich nicht zu bemühen? Wie erreicht man es, überhaupt keine Arbeit zu verrichten – nicht das Geringste zu tun? Auch wenn Sie nur "Namu Amida Butsu" sagen, ist das immer noch eine Bemühung. Das Nichtstun wirklich zur Vollkommenheit zu bringen, ist ebenso schwierig wie alles tun zu wollen.