

ZEN-Schatzkammer

(Einführung in Dôgens Shobôgenzô)

Autor: Yudo J. Seggelke

2. Die große intuitive Weisheit, die das Denken überschreitet

(Makahannya haramitsu)

Meister Dôgen beschreibt im zweiten Kapitel des *Shôbôgenzô* die „Pāramitā der großen Weisheit“ (*Makahannya haramitsu*), auch als Herz-Sūtra bezeichnet. Er stellt das berühmte Sūtra, das mit den Begriffen „Form und Leere“ verbunden ist, an den Anfang seiner umfassenden Lehre des Buddhismus. Peter Gäng bezeichnet in seinem Buch über den Buddhismus *Prajñā* als eine Weisheit, die über das Denken hinausgeht. Das Herz-Sūtra ist eines der kürzesten aber wohl auch das aussagekräftigste, aus einer Reihe von zirka vierzig Sūtras zu diesem Thema. Es wird in den buddhistischen Gruppen der meisten ostasiatischen Traditionen auch heute noch regelmäßig rezitiert.

Pāramitā bedeutet das „Erreichen des anderen Ufers“, also das Erwachen und Überschreiten des üblichen Denkens und der gewöhnlichen Wahrnehmung, wobei diese im Normalfall meistens mit mehr oder minder starken Emotionen verbunden ist. *Prajñā* wird auch oft mit dem Begriff der Leerheit (*shūnyatā*) verbunden, der vor allem von Meister Nāgārjuna tiefgründig interpretiert wurde. Der Begriff der Leerheit hat allerdings nicht selten zu großen Missverständnissen geführt, weil oft die Vorstellung von Nihilismus und Ablehnung von Vernunft und Logik damit verbunden wird. Dies ist aber nicht richtig.

Prajñā bedeutet vielmehr die Weisheit, die das normale Denken überschreitet, somit kennzeichnet sie also Qualitäten unseres Geistes, die beim linearen Denken und der Trennung von Subjekt und Objekt nicht zum Zuge kommen. Ich selbst habe das Herz-Sūtra wieder und wieder rezitiert und hatte zunächst erhebliche Mühe, überhaupt dessen Sinn zu erfassen, besonders deswegen, weil es am Schluss heißt, dass dieses Sūtra mit seiner Kraft „alles Leiden wegnimmt“. Wie kann man das Leiden überwinden, wenn es heißt, „Form ist Leere, und Leere ist Form“? Das war mir in der Tat völlig unklar. Nishijima Roshi sagt zu diesem Kapitel:

„Prajñā wird intuitiv und unmittelbar erfahren, wenn Körper und Geist im Zustand des Gleichgewichts sind, und Zazen ist die Übungspraxis, durch die Körper und Geist in diesen Zustand gelangen. So ist die Pāramitā der großen Weisheit die Essenz des Zazen.“

Er verwendet für den Begriff der Leerheit häufig den Zustand des ganzheitlichen Gleichgewichts von Körper und Geist, also des ganzen Menschen und auf keinen Fall nur seines Verstandes.

Dōgen beginnt dieses Kapitel wie folgt:

„Während der Bodhisattva Avalokiteshvara die tiefgründige Prajñā-Pāramitā praktiziert, spiegelt der ganze Körper wider, dass die fünf Komponenten des Menschen (skandha) vollständig leer sind.“

Nishijima Roshi erläutert hierzu sein erstes Grundprinzip, das man bei der Zazen-Praxis erfährt: „Das ganze Universum ist so, wie es ist“. Die fünf Komponenten des Menschen und der Welt sind nach seiner Deutung Körper (Form), Sinne (Wahrnehmung), Denken, Handeln und Bewusstsein. Beim Zazen werden das Denken und die Wahrnehmung überschritten, sodass sich das Bewusstsein ganz für das Hier und Jetzt öffnet und den Stress, die Gedanken und aufgeladenen Gefühle abschüttelt. Dies wird auch mit dem Begriff „Leerheit“ bezeichnet: Man ist leer von den üblichen Gedanken und Gefühlen. Damit hat der Begriff „Leerheit“ eine ähnliche Bedeutung wie bei uns im Westen der Begriff der „Freiheit“, allerdings in einem umfassenden spirituellen Sinn. Nishijima Roshi erklärt hierzu, dass sich in diesem Zustand das vegetative, also autonome Nervensystem im Gleichgewicht des Zazen befindet und dass sich dadurch Ausgeglichenheit und Ruhe einstellen. Es gibt dann im Bewusstsein keine Störungen mehr, und dadurch wird das Universum genau so erfahren, wie es ist. Damit ergibt sich eine Identität von Leerheit und dem Zustand in der Zazen-Praxis. Gleichgewicht und Soheit. Ritsunen Linnebach verwendet dafür gern die Formulierung: „es ist, wie es ist“. Dōgen sagt folgerichtig zu den Begriffen von Form und Leerheit über das obige Zitat hinaus, dass die Form auch die Form und die Leerheit auch die Leerheit ist. Dadurch wird die Soheit von beiden besonders betont. Wir hoffen, dass diese Ausführungen nicht allzu verwirrend sind; wichtig ist dabei, dass es sich um die übergreifende Weisheit jenseits des gewöhnlichen Denkens handelt, die sich nach der Lehre des Buddhismus in der Zazen-

Praxis beim Menschen unmittelbar im Hier und Jetzt ereignet.

Die intuitive, grenzüberschreitende Prajñā-Weisheit ist auch für die Wahrnehmung wirksam. Ein erwachter Mensch haftet bei der Sinneswahrnehmung, zum Beispiel beim Sehen, nicht mehr an der äußeren Form und an der Trennung von Subjekt und Objekt, sondern überschreitet diese. Die Wahrnehmung wird nach altindischer Tradition mit den sechs Formen der Sinne und den jeweiligen Objekten erfasst.

Auch die vier edlen Wahrheiten des Gautama Buddha werden von dieser intuitiven Weisheit (Prajñā-Pāramitā) durchdrungen. Dasselbe gilt für die überlieferten sechs Arten des Bodhisattva-Handelns: Freizügiges Geben, Einhalten der Gelöbnisse, Geduld, Ausdauer, Meditation und Samādhi. Dōgen betont die Verwirklichung im gegenwärtigen Augenblick (Sein-Zeit) und fügt die drei verschiedenen Arten der linearen Zeit, nämlich Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft hinzu.

Auch die altindischen Arten der materiellen Elemente: Erde, Wasser, Feuer, Luft und Raum sowie die vier Tätigkeiten des Alltags werden durch die große intuitive Weisheit erfasst, von ihr durchdrungen, und dadurch werden das herkömmliche Leben und Denken überschritten.

Vielleicht ist es an dieser Stelle hilfreich, sich die Herkunft des Sanskrit-Begriffes *shūnyatā* zu vergegenwärtigen: Peter Gäng zufolge wurde kurz vor der Zeitenwende von indischen Mathematikern, die damals führend in der Welt waren, die Null im System der positiven und negativen Zahlen entdeckt. Die Null heißt auf Sanskrit *shūnyatā*. Die Null ist in der Mitte zwischen den positiven und negativen Zahlen angeordnet und ermöglicht so das „Gleichgewicht“ und die Funktionsfähigkeit des gesamten Zahlensystems. Zur gleichen Zeit wurden von mehreren großen indischen Meistern die Lehren des Mahāyāna-Buddhismus ausgearbeitet und interpretiert, wobei Meister Nāgārjuna diesbezüglich einen Höhepunkt und eine „goldene Periode“ prägte. Er verwendete für die Kennzeichnung des Mittleren Weges, also des Gleichgewichts, vor allem den Begriff *shūnyatā* und hat dies im *Gesang des Mittleren Weges* näher beschrieben. In älteren buddhistischen Lexika wird *Nāgārjuna* allerdings z. T. als Nihilist bezeichnet, der angeblich durch den Inhalt von *shūnyatā* alle Logik und alles Denken außer Kraft gesetzt hat und eine Auflösung im „Nichts“ lehren würde. Manchmal haben wir den Eindruck,

das Schopenhauers Verständnis des Buddhismus dem nahe kommt. Dies ist aber nach heutiger weitgehend vorherrschender Sicht unrichtig, denn es geht um die intuitive, das unterscheidende Denken überschreitende Weisheit, die in der Praxis des Zazen erfahren wird.

Nishijima Roshi hat zuweilen den Eindruck, dass diese intuitive Weisheit, wie auch überhaupt die Intuition, im Westen nicht für wichtig genug genommen und nicht richtig anerkannt werden. Oft wird ein scheinbarer Gegensatz von rationalem Denken und Intuition konstruiert und letztere in den Bereich der Esoterik und der Mystik verbannt, die wiederum eher abwertend beurteilt werden. Dies ist meines Erachtens jedoch unsinnig. Eine intuitive Klarheit ist im Gleichgewicht des Zazen und beim täglichen Handeln möglich und führt auch in existenziellen komplexen Lebenssituationen zu ganz klaren schnellen Entscheidungen, die vom linearen Verstand niemals geleistet werden könnten.

Dōgen zitiert einen Mönch aus dem Orden von Shâkyamuni Buddha, ... „... der für sich allein dachte: Stets werde ich mich in Verehrung vor dem tiefen Prajñā-Pāramitā verneigen“.

Nishijima Roshi erläutert dieses Zitat in dem Sinne, dass das aufrichtige Handeln des Mönchs die Weisheit Prajñā selbst sei und dass diese sich in seiner achtungsvollen Verbeugung offenbare. Dieses Verhalten sei äußerlich nicht immer klar erkennbar. Dōgen sagt:

„Denn genau in diesem Augenblick der Verneigung verwirklicht sich (die Weisheit) Prajñā, dass durch die Gelöbnisse, das Gleichgewicht und die Weisheit bis hin zur Erlösung aller Wesen erklärt und verstanden werden kann.“

Er spricht in diesem Zusammenhang auch ganz einfach davon, dass „so es ist, wie es ist“, und meint damit die Soheit ohne irgendwelche Verzerrungen und Zusätze, also die Wirklichkeit der Welt und des Universums selbst.

Dōgen führt für die Untersuchung der Prajñā-Pāramitā das Gleichnis des Raumes an und lässt den Schüler des Buddha Gautama zum Gott Indra sagen:

„Hochverehrter Indra, wenn die Bodhisattva Mahasattvas die tiefe Prajñā-Pāramitā erforschen wollen, sollen sie es wie den Raum erforschen.“

Der Raum ist im jetzigen Augenblick allgegenwärtig, und in gleicher Weise

existiert Prajñā im ganzen Universum. So kann die Vorstellung des Raumes das intuitive Verstehen von Prajñā erleichtern, und dies ist möglich, wenn wir im gegenwärtigen Augenblick das Gleichgewicht verwirklichen.

Auf die Frage Indras, wie man die intuitive Weisheit beschützen könne, antwortet der Mönch Subhuti, die Prajñā-Pāramitā werde geschützt, wenn die Menschen sie leben und lehren. Und Nishijima Roshi fügt hinzu:

„Daher kann ein Mensch Buddha genannt werden, der immer den Zustand des Gleichgewichts aufrechterhält.“

Im Buddhismus wird nach Dōgen Prajñā empfangen, bewahrt, gelesen und rezitiert. Er sagt weiter, dass man „mit Einsicht (tiefer) darüber nachdenken soll“. Schließlich zitiert Meister Dōgen Shâkyamuni Buddha, der zu seinem Schüler Shāriputra sagt:

„Die höchstverehrten Buddhas sind Prajñā-Pāramitā. Warum sage ich dies? Ich sage es, Shāriputra, weil der richtige, wahre und ausgeglichene Zustand der Wahrheit, den alle Tathāgatas (Buddhas) haben, sich immer durch die Tugend des Prajñā-Pāramitā offenbart.“

Wenn die Formen und das Materielle mit der intuitiven Weisheit gesehen und erfahren werden, können sie im Zustand des Gleichgewichts als leer von allen Ideologien und Begierden bezeichnet werden. Sie sind dann so, wie sie sind. Dies kann zum Verständnis der Aussage, „Form ist Leerheit, Leerheit ist Form“ beitragen. Es darf sich jedoch nicht allein auf das verstandesmäßige Denken verengen, denn es geht um die große intuitive Weisheit.