

ZEN-Schatzkammer

(Einführung in Dôgens Shobôgenzô)

Autor: Yudo J. Seggelke

31. Der Samâdhi gleicht dem Ozean (*Kai-in zanmai*)

Dieses Kapitel enthält mehrere Gedichte sowie Kôan-Gespräche und zeichnet sich durch eine tiefe symbolische Bedeutung aus, aber es ist nicht einfach zu verstehen. Der Begriff *Kai* bedeutet das Meer oder der Ozean und *in* die Prägung oder im übertragenen Sinne die Gleichheit. Das Wort *zanmai* heißt Samâdhi und bezeichnet die Zazen-Praxis, also den Zustand des Gleichgewichts in der Wirklichkeit. *In* wird häufig auch als Siegel übersetzt, ist also ein Abdruck und Symbol für etwas Wichtiges und Bedeutendes. Das Siegel lässt in unserem Sprachgebrauch außerdem anklingen, dass etwas gesichert und gut verschlossen aufbewahrt wird und nur von autorisierter Seite geöffnet werden darf. Alle diese Bedeutungen schwingen im Titel dieses wichtigen Kapitels mit.

Das Meer wird im Buddhismus oft als Symbol für die Wirklichkeit und Wahrheit verwendet und bezeichnet gleichzeitig den Zustand im Zazen. Der unendliche Ozean und das große weite Meer werden also als Bilder für die unermessliche Wahrheit gebraucht, die jenseits von unterscheidendem Denken und Fühlen zu finden ist. Das Meer steht für die wirkliche Erfahrung im Zazen. In diesem Zustand sind Subjekt und Objekt nicht mehr wie im gewöhnlichen Leben getrennt, sondern existentiell und konkret im Hier und Jetzt verschmolzen. Dann löst sich das kleine abgegrenzte Ich auf, so wie ein Wassertropfen oder eine Welle Teil des Ozeans ist und nicht sinnvoll getrennt von ihm betrachtet werden kann.

In der buddhistischen Tradition hat das Meer insgesamt zehn besondere Eigenschaften, die zum Beispiel für den Weg des *Bodhisattva* maßgeblich sind: Sie werden auch als Stufen auf dem Bodhisattva-Weg bezeichnet und sollen damit das Fortschreiten beim Buddha-Dharma beschreiben. Sie lassen sich wie folgt zusammenfassen:

(1) Das Meer wird Schritt für Schritt tiefer, wenn man es vom Ufer kommend betritt. Dies soll das Vorwärtsgehen im Buddha-Dharma wiedergeben, wenn man schrittweise tiefer in die Lehre und Praxis eindringt und aus einer

gewissen Oberflächlichkeit des gewöhnlichen Lebens in die Tiefe gelangt.

(2) Das Meer behält keinen toten Körper, sondern spült ihn an den Strand.

Dies heißt zunächst, dass es im Meer, also in der Wirklichkeit und im Universum, überhaupt nichts Totes gibt und dass alles seine Bedeutung und seinen Sinn hat und daher lebt. Nach buddhistischer Lehre sind auch die Steine und Berge wie alles im Universum lebendig und von großem Wert.

(3) Alle Flüsse und Gewässer münden in das große Meer und gehen in ihm auf. Sie haben dann keinen besonderen eigenen Namen mehr und ihr Wasser vermischt sich mit dem des Meeres bald nach der Einmündung.

(4) Das Meer hat überall denselben Geschmack. Dies ist in der Tat auch eine treffende Bezeichnung für den Buddha-Dharma, der überall und für alle Menschen gleich ist.

(5) Im Meer sind unendliche Schätze verborgen.

(6) Es ist sehr schwierig, den Grund zu erreichen. Ebenso kann auch die Lehre *Gautama Buddhas* kaum erschöpft werden und ist vor allem durch den intellektuellen Verstand nicht auszuloten.

(7) Das Meer und der Ozean sind unermesslich und ohne Grenzen.

(8) Das Meer wird von sehr großen Tieren und anderen Kreaturen bewohnt. In der Tat leben im Meer die größten bekannten Lebewesen, zum Beispiel die Wale. Aber vielleicht gibt es sogar noch größere Tiere in den bislang nicht erforschten größten Tiefen der Ozeane.

(9) Ebbe und Flut verlieren keine Zeit und wechseln einander im natürlichen Rhythmus ab. Sie kommen immer zur richtigen und natürlichen Zeit.

(10) Das Meer nimmt alle Regenwasser auf, ohne dass es zu Überschwemmungen kommt. Dies unterscheidet es von Flüssen und Binnengewässern, nicht zuletzt in Indien und China, wo bei extremen Regenfällen immer wieder große Überschwemmungen und Katastrophen auftreten.

Dôgen beginnt dieses Kapitel mit folgender Erläuterung:

„Die Buddhas und Vorfahren im Dharma weilen immer im Samâdhi des Ozeans der Wirklichkeit. Während sie sich im Ozean dieses Samâdhi bewegen, gibt es die Zeit, wenn sie lehren, die Zeit, wenn sie (die Wirklichkeit) erfahren, und die Zeit, wenn sie handeln.“

Damit wird die Sein-Zeit angesprochen, in der sich alles Wirkliche abspielt

und die je im Augenblick das Universum und die Welt erschafft. Dabei gibt es nichts Statisches, sondern alles bewegt sich, sodass es hier heißt, dass die Buddhas sich im Meer bewegen und die Wirklichkeit durch ihr Lehren und ihr Handeln erschaffen wird. Obgleich in der buddhistischen Lehre häufig davon gesprochen wird, dass beim Ozean zwar die Oberfläche unruhig sei, aber die Tiefe ruhig und unbeweglich, sagt *Dôgen* hierzu, dass sich die Tugend des Samâdhi sowohl oben auf dem Meer als auch in ihm selbst bewegt. Dies setzt er mit den ununterbrochenen Bewegungen des Geistes gleich, der unfassbar und den unbeständigen Wogen ähnlich ist, die durch Geburt und Tod gekennzeichnet sind. So wird das Handeln, Lehren und Wirken der Buddhas und Vorfahren im Dharma dem Meer und der Wirklichkeit des Samâdhi gleichgesetzt.

Anschließend wird *Gautama Buddha* zitiert:

„Diese Welt besteht nur aus unzähligen Dharmas.

Der Augenblick des Erscheinens ist genau das Erscheinen Der Dharmas.

Der Augenblick des Verschwindens ist genau das Verschwinden der Dharmas.

In dem Augenblick, wenn diese Dharmas erscheinen, Sprechen wir nicht vom Erscheinen des Ich.“

Das Gedicht schildert weiter, dass die einzelnen Dharmas voneinander unabhängig sind, also jeweils einzeln im Augenblick existieren, und dass es auch Dharmas vor diesem Augenblick gibt, die ebenfalls voneinander unabhängig sind. Schließlich vergleicht *Dôgen* diese Worte über die Wirklichkeit mit dem Samâdhi des Meeres.

Wegen der Schwierigkeit und großen Bedeutung des obigen Gedichts wiederholt *Dôgen* es wortwörtlich noch einmal, um es dann von verschiedenen Seiten zu beleuchten und zu interpretieren. Wenn wir die Welt als Form ansehen, also die materiellen Aspekte und damit die zweite Lebensdimension nach *Nishijima Roshi* in den Mittelpunkt stellen, besteht diese Welt aus den unzähligen Dharmas, also aus Dingen und Phänomenen. Diese physischen Daseinselemente kann man so erweitern, dass auch das Geistige oder Psychische in der Form solcher Elemente einbezogen ist. Eine wesentliche Aussage des oben stehenden Gedichts besteht auch darin, dass

wir die Dharmas dieser Welt, genau so sehen und erfahren sollen, wie sie wirklich sind. Es ist also nicht sinnvoll, irgendwelche ausgedachten oder fantasierten Zusätze zu machen, und wir sollen uns von Bewertungen freihalten, die im Übrigen häufig überflüssig und wenig zweckdienlich sind. Bei einem solchen Verständnis der Welt gibt es auch keinen Platz für die Vorstellung eines isolierten Ich, das wir im Allgemeinen im „normalen“ Alltag und ohne Kenntnis des Buddha-Dharma zu haben glauben. Ein solches isoliertes Ich ist nach *Dôgen* gerade nicht natürlich.

Er weist darauf hin, dass die existentielle Sein-Zeit sich von unserer Vorstellung einer linearen Zeit unterscheidet, in der wir die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft nur denken, während wir allein die Wirklichkeit im Augenblick selbst erleben und erfahren können. In diesem Zusammenhang wird die Aussage eines alten Meisters zitiert: „*Plötzlich* (im Augenblick) *entsteht ein Feuer*“. Damit ist gemeint, dass die Gegenwart im Hier und Jetzt so wichtig und brennend ist wie ein Feuer.

In einem anderen Kôan-Gespräch fragt ein Mönch den großen Meister *Seigen*: „*Wenn die drei Welten unaufhörlich entstehen, was sollten wir tun?*“ Die drei Welten sind nach alter buddhistischer Lehre der Wille oder Geist, die Materie und das Handeln. Aber die Gliederung der Welt in diese drei Bereiche ist natürlich nur eine theoretische Lehre und nicht die Wirklichkeit selbst. Eine Theorie ist eben nur eine Theorie über die Wirklichkeit der Welt und nicht die Praxis. Meister *Seigen* antwortet einfach: „*Sitze nur in Zazen.*“ Er geht also nicht weiter auf die vom Mönch vorgetragene Theorie der drei Welten ein, über die man sich in der Tat sehr scharfsinnig und lange Zeit unterhalten kann. Die psychischen und existentiellen Unsicherheiten im Durcheinander der Welt und des Lebens lassen sich jedoch mit solchen Theorien und durch Denken allein nicht überwinden. Die notwendige Ruhe und das Gleichgewicht ereignen sich durch die Zazen-Praxis, welche die wesentliche Voraussetzung dafür ist, die eigenen Probleme anzugehen und möglichst zügig und pragmatisch zu lösen.

Da der Mönch nicht versteht, was der Meister ihm sagen will, fragt er nach, was denn damit gemeint sei, und Meister *Seigen* fordert ihn auf: „*Bringe mir den Berg Rô hierher. Dann will ich es dir erklären.*“ Die Bedeutung dieses Kôans und insbesondere der letzten Zeile liegt nach *Nishijima Roshi* darin,

dass es natürlich unmöglich ist, den großen Berg hierher zu diesem Ort zu tragen, wo der Meister sich gerade aufhält. Damit wird ausgedrückt, dass es genauso unmöglich ist, die Wahrheit der Zazen-Praxis mit Worten zu erklären. Die Antwort des Meisters erschien dem Mönch viel zu einfach, da er eine, wie er meinte, wichtige und komplexe Frage gestellt und eine großartige Antwort erwartet hatte. Aber viele Aussagen des Zen sind in der Tat so einfach, dass man zunächst verblüfft ist und meint, es müsste sich dahinter noch mehr verbergen.

Dôgen zitiert in diesem Zusammenhang einen weiteren großen Meister: „*Was sollen wir tun, wenn das Entstehen und das Vergehen niemals aufhören?*“

Damit ist das unaufhörliche Auf und Ab des menschlichen Lebens gemeint. Dies beunruhigt offensichtlich den Mönch sehr. Der Meister bemerkt dazu: „*Weil dieses Entstehen und Vergehen niemals aufhören, entsteht und vergeht euer Ich.*“

Nach buddhistischer Lehre gibt es tatsächlich die permanente Bewegung im Universum und alles verändert sich dauernd, sodass wir in unserem Leben oft verunsichert sind und Angst oder Panik empfinden. *Dôgen* führt an, dass auch die Vorstellung von einem Ich wesentlicher Bestandteil dieser Verwirrung ist. Entsprechend können wir sagen, dass das Ich entsteht und wieder vergeht. Der Glaube an ein festes dauerhaftes Ich kann damit nicht aufrechterhalten werden und ist oft die Ursache für viele Probleme. Das dauerhafte Ich stünde dem laufenden Wandel des Universums gegenüber und wäre von ihm abgetrennt. Wenn man darüber hinaus das Verständnis und die Sichtweise der Wirklichkeit des Augenblicks im Hier und Jetzt hat, verliert die Idee des Entstehens und Vergehens völlig an Bedeutung. Die Vorstellung eines abgegrenzten subjektiven Ich entfällt dann ebenfalls und ist sogar meist störend und überflüssig, weil man stattdessen einfach situationsgerecht handeln sollte. Das Handeln vollzieht sich unmittelbar nach der Notwendigkeit der gesamten Situation und viel schneller, als mit dem Denken und Überlegen geleistet werden kann. Diese Erfahrung macht jeder, der Zazen praktiziert, weil dann die unaufhörliche Aktivität des Denkens ausläuft und auch die Emotionen zur Ruhe kommen.

Dôgens Aussage, dass die Dharmas voneinander unabhängig sind und „*sich nicht gegenseitig behindern*“, zielt auf das direkte Erleben und Erfahren ab,

wobei etwas, das als Verbindung hinzugedacht wird, entfällt. Dasselbe gilt für Bewertungen. Dies wird durch die Worte *„Es ist, wie es ist“* ausgedrückt. Es ist die Wirklichkeit, nicht mehr und nicht weniger.

Dôgen erklärt dann, dass wir zur Wirklichkeit zurückkommen müssen; erst wenn wir das erreicht haben, ist das Wasser richtiges Wasser, wird der Raum zum wirklichen Raum und ist der Schlamm des Alltags der wirkliche Schlamm des Alltags. Damit ist gemeint, dass wir unnötige Bewertungen und Gedanken, die vom unmittelbaren Erfahren und Erleben wegführen, vermeiden müssen, um zur Realität in ihrer ganzen Klarheit zurückzukehren. Durch das Siegel des Samâdhi, der wie das Meer ist, wird also das Wasser zum wirklichen Wasser. Außerdem muss das Siegel des Buddha-Dharma von einem wahren Meister zum nächsten übergeben werden, damit die buddhistische Lehre nicht nur in Zeremonien und formalen Belehrungen erstarbt.

Gegen Ende dieses Kapitels wird ein berühmtes, aber auch schwieriges Kôan-Gespräch des großen Meisters *Sôzan* wiedergegeben. Dieser gehört zu den *„ewigen Buddhas“*, die den Dharma lebendig und wahr an die nachfolgenden Generationen übertragen haben. In diesem Gespräch fragte der Mönch den Meister:

„Ich habe gehört, dass Ihr lehrt, dass der große Ozean keine leblosen Körper behält. Was ist dieser Ozean?“

Der Meister antwortete: *„Er umfasst die unendliche Existenz.“*

Der Mönch fragte dann weiter: *„Warum behält der Ozean keine leblosen Körper?“*

Der Meister antwortete: *„Was aufgehört hat zu atmen, haftet nicht mehr.“*

Dôgen erklärt, dass der Mönch seinen Meister *Sôzan* nicht verstanden hatte. Er macht deutlich, dass wir bei diesem Kôan-Gespräch keine materielle Vorstellung des Meeres haben dürfen, sondern dass es um die wahre buddhistische Lehre geht, die mit der Wirklichkeit identisch ist. Daher sind auch Vorstellungen von bestimmten Meeren, Ozeanen, Seen oder Flüssen nicht geeignet, die Bedeutung des obigen Kôans zu erfassen. Im ersten Teil dieses Kapitels wurde erörtert, dass es im Universum und der Wirklichkeit überhaupt nichts Totes oder Lebloses geben kann. Das Gleichnis des toten Körpers ist demnach so zu verstehen, dass im Ozean des Buddha-Dharma

alles lebendig und nicht tot ist, sodass das Tote nur eine Vorstellung ist, die entfallen und „ausgeschieden“ werden sollte.

Dieses Kôan des Meisters *Sôzan* wird von *Nishijima Roshi* so kommentiert, dass *Dôgen* eine neue Sicht und ein tieferes Verständnis als bis dahin üblich eröffnet: Wenn ein vorher lebender Körper gestorben ist, bleibt er im Universum erhalten und ist insofern Teil des umfassenden Buddha-Dharma. Dies versteht der Mönch allerdings nicht und fragt deshalb: *„Wenn der Ozean schon die unendliche Existenz umfasst, warum haftet das, was aufgehört hat zu atmen, nicht mehr?“*

Der Meister gibt darauf die folgende Antwort: *„Die unendliche Existenz hat keine solche Eigenschaft (des Haftens), sie hat (nur) aufgehört zu atmen.“* Wenn wir uns diesen Zusammenhang materiell vorstellen, so bleiben in der Tat die Moleküle des ehemals lebenden Körpers im Universum erhalten und werden lediglich umgewandelt in neue Formen, die nach unseren westlichen Vorstellungen leblos oder lebendig sein können. Wenn wir an den ökologischen Kreislauf denken, so ist der Tod des einen Lebewesens oder der einer Pflanze Voraussetzung für das Leben anderer oder die Düngung anderer Pflanzen. Aber diese materielle Sicht reicht zum Verständnis des Buddha-Dharma nicht aus, so plausibel sie uns auch erscheinen mag. *Dôgen* erläutert hierzu:

„Weil die Menschen und Götter den großen Ozean niemals erfassen können, stellen sie die Frage, was der Ozean ist. Daher reden sie nur in Worten vom großen Ozean.“

Er macht klar, dass scharfsinnige oder auch spitzfindige Worte den unendlichen Ozean als Symbol der Wirklichkeit und Harmonie des Universums nicht angemessen erfassen können. Er ist fest davon überzeugt, dass dies vor allem erst durch die Erfahrung im Zustand der Zazen-Praxis möglich ist. Ein solch ruhiger Geist im Augenblick wird von einem großen Meister wie folgt gekennzeichnet:

„Mein Geist bewegt sich nicht, ganz gleich, wie viele Male er dem Frühling begegnet.“

Dôgen fügt mit seinen eigenen Worten hinzu:

„Ein lebloser Körper beschreibt etwas, was niemals irgendjemand erfahren hat, deshalb weiß niemand, was er ist.“

Damit wird die Ruhe und Ausgeglichenheit im Samâdhi angesprochen und in Beziehung zu etwas scheinbar Leblosem gesetzt, das aber auch die Wirklichkeit des Universums und der Zazen-Praxis ist. Eine hektische Aktivität ist zweifellos auch Tun, das *Dôgen* aber nicht für sinnvoll hält und dessen Lebendigkeit man als künstlich und unwirklich beschreiben muss. Das obige Kôan des leblosen Körpers soll sicher auch dazu dienen, dass man sich von emotionsgesteuerten Gedanken und Vorstellungen löst, die mit einer Wasserleiche verbunden sind. Viele Zweifel und Fragestellungen können durch solche bedrohlichen Bilder heraufbeschworen werden, was laut *Dôgen* auch viel zu häufig in unserem Leben geschieht. Wenn der tote Körper nicht mehr an irgendetwas haftet, so kann dies auch als Gleichnis für den erwachten Menschen gesehen werden, der die Gier aufgelöst hat, der frei ist und nicht von Gedanken und Emotionen behindert wird. *Dôgen* sagt hierzu:

„Selbst wenn ein lebloser Körper (nur) ein lebloser Körper ist, wenn er in seinem Handeln das Gleiche erfährt wie die ganze Existenz, mag (dieser leblose Körper) alles umfassen und er mag das all-umfassende Selbst sein.“

Dôgen öffnet damit einen neuen Horizont, wodurch wir in Bescheidenheit feststellen, dass wir so vieles auf dieser Welt und in unserem Leben mit dem Verstand nicht durchdringen und erfassen können. Dazu ist die Welt zu kompliziert. Er beschließt dieses Thema wie folgt:

„Es geht hier nicht darum, dass etwas aufgehört hat zu atmen, sondern (die Wirklichkeit ist unfassbar wie) ein Blinder, der viele andere Blinde führt. Die unendliche Existenz von uns selbst und vom Universum, die aber nicht dualistisch zu unterscheiden sind, ist wie der Zustand des Samâdhi und des Ozeans. Dies ist die Wirklichkeit bei der Zazen-Praxis.“