

ZEN-Schatzkammer

(Einführung in Dôgens Shobôgenzô)

Autor: Yudo J. Seggelke

90. Der Mönch in der vierten Vertiefung des Samadhi

(Shizen-biku)

In diesem Kapitel steht die irrtümliche Selbsteinschätzung eines Mönchs im Mittelpunkt, der sich in der vierten Stufe der meditativen Vertiefung befand und meinte, er sei ein großer heiliger *Arhat*.

Der frühe Buddhismus (Hīnayāna, Theravāda) kennt vier Stufen der buddhistischen Entwicklung bis hin zum *Arhat*, der als vollkommener Mensch wie ein Buddha in das Nirvāna eingeht.

Dôgen hat vor allem in Kapitel 73, „Die 37 Elemente des Erwachens“, herausgearbeitet, dass es nur einen einzigen Buddhismus gibt, dass also eine Unterscheidung zwischen Mahāyāna und frühem Buddhismus irreführend sei.

Er nimmt hier außerdem eine Abgrenzung zu den chinesischen Philosophen Konfuzius, Laotse und anderen vor und betont die besondere Kraft der Lehre *Gautama Buddhas*, die nicht mit den anderen Philosophen und Weisen verwechselt und vermischt werden dürfe.

Diese vier heiligen Zustände des frühen Buddhismus, die man auch Wirkungen nennt, werden im Folgenden kurz erklärt:

1. *Stromeintritt*: Damit ist gemeint, dass man in den Strom des Buddhismus eingetreten ist und nicht wieder zurückfällt.
2. *Einmal-Wiederkehr*: Dies bedeutet in der Lehre der Wiedergeburt (Reinkarnation), dass man nur noch einmal auf dieser Welt wiedergeboren wird, bevor man in das Nirvāna eingeht.
3. *Nicht-Wiederkehr*: Darunter ist zu verstehen, dass man nicht noch einmal in dieser Welt wiedergeboren wird, also den leidhaften Kreislauf der Geburten beendet hat. Dies war ein großes und angestrebtes Ziel des frühen Buddhismus.
4. *Die Stufe des Arhat*: Der *Arhat* hat die höchste Form des Buddhismus erreicht, ist also ein vollkommener Mensch wie *Gautama Buddha* selbst.

Diese heiligen Zustände sind jedoch zu unterscheiden von den vier meditativen Vertiefungen, die man nach Peter Gäng wie folgt kennzeichnen kann:

1. Geistiges Erfassen und Durchdenken, Freude und Glücksgefühl in der Abgeschiedenheit.
2. Einheit und sogenannte „Einspitzigkeit“ des Geistes: Das geistige Erfassen und Durchdenken kommen zur Ruhe.
3. Klar bewusste Achtsamkeit: Die Freude macht dem alles durchdringenden tiefen Glücksgefühl Platz.
4. Das Glücksgefühl verschwindet und es bleibt eine ruhige Achtsamkeit.

In der Meditation erreicht man verschiedene Zustände von Körper und Geist, die dazu verführen können, dass man sich dauerhaft in einem der vier heiligen Zustände wähnt. Vor diesem Hintergrund treten also einige Fragen auf: Werden die Zustände vielleicht mit den heiligen Zuständen verwechselt? Wieweit verschmelzen die Zustände mit unserem Alltag und verwirklichen sich im Handeln mit anderen Menschen? Oder sind sie womöglich nur ein meditatives Hochgefühl, das keine Kraft und Dauer hat? Vereinfacht kann man sagen, dass diese meditativen Vertiefungen bestimmte Zustände in der begrenzten Zeit der Meditation darstellen. Nach Dôgen dürfen sie aber nicht mit der Wirklichkeit zum Beispiel des heiligen *Arhat* verwechselt werden, die als Wirkung bezeichnet wird. Er sagt, dass es sich beim *Arhat* um die höchste Stufe des Erwachens handelt, die er auch Nirvâna nennt.

Dôgen hebt hervor, dass eine solch irrtümliche Verwechslung klar erkannt werden muss, und warnt uns davor, dass wir uns in solche Zustände des Erwachens und der Erleuchtung hineinträumen, die nicht die Wirklichkeit selbst sind. Derartige Zustände sind dann Illusionen und enden in Enttäuschungen oder sogar tiefer Verzweiflung. In der Meditation kann man tatsächlich wunderbare Erlebnisse haben, aber das darf nicht dazu führen, dass man überheblich wird. In einem solchen Zustand besteht nämlich die Gefahr, dass das Ego immer größer wird. Einige Psychologen bezeichnen dies als „Ich-Inflation“, bei der man glaubt, ein Heiliger zu sein; manchmal wird man darin sogar von seiner Umgebung noch bestätigt. Dann ist der wichtige Lernprozess meist zu Ende und der Mensch stagniert oder

entwickelt sich auf dem Weg des Buddha-Dharma sogar rückwärts. Unter der Einbildung der eigenen Heiligkeit und spirituellen Großartigkeit gewinnen Rücksichtslosigkeit und Egoismus gegenüber anderen dann immer mehr an Kraft und Einfluss. Ein solcher Mensch ist kein Buddhist mehr; er haftet an Ruhm, Anerkennung, Macht und wird oft sogar geldgierig. Wenn dieser Traum des Größenwahns durch die Konfrontation mit der Wirklichkeit schließlich zerplatzt, bricht die Inflation des Ego in sich zusammen.

Am Anfang des Kapitels zitiert Dôgen Meister *Nâgârjuna* wie folgt:

„Unter Buddhas Schülern gab es einen Mönch (Bhikshu), der die vierte Vertiefung in der Meditation (Dhyana) erlangte und sehr arrogant wurde. Er dachte, dass er (dauerhaft) die vierte (und höchste) Stufe (des heiligen Arhat) erlangt hatte.

Als er die erste Stufe der Vertiefung in der Meditation erreicht hatte, dachte er, er hätte den ersten (dauerhaften) Zustand des großen Stromeintritts erlangt. Als er die zweite Vertiefung in der Meditation erlangt hatte, dachte er, dass dies (der wirkliche Zustand) der Einmal-Wiederkehr sei. Und als er die vierte Vertiefung in der Meditation erlangt hatte, dachte er, dass es die (wahre und heilige) Wirkung der Arhatschaft sei. Deshalb wurde er sehr stolz auf sich selbst und versuchte nicht, weiter (auf dem Buddha-Weg) voranzukommen.“

Dôgen fasst in seinem Kommentar noch einmal zusammen, dass es bei dieser Geschichte darum geht, dass jemand die Vertiefung in der Meditation mit der Wirklichkeit auf dem Weg zum *Arhat* verwechselt. Besonders gefährlich sei es, wenn man deshalb stolz und eingebildet werde. Man glaube dann, ein heiliger *Arhat* zu sein, was aber eine schwerwiegende Täuschung sei. Als Folge davon sei man auf dem Buddha-Weg nicht mehr lernfähig. In Kapitel 28 des *Shôbôgenzô* behandelt Dôgen die notwendige Weiterentwicklung nach dem Erwachen und unterstreicht, dass man immer weiter Zazen praktizieren und an seinem Verhalten arbeiten müsse. Dies gelte auch, wenn man die Erleuchtung erlangt habe und ein großer Meister oder Buddha sei. Diese Mahnung müssen wir in der Tat sehr ernst nehmen, denn es gibt in den buddhistischen Gruppen Personen, die fest davon überzeugt sind, dass sie erleuchtet sind und den höchsten menschlichen Zustand dauerhaft erreicht haben. Dôgen warnt ausdrücklich davor, dass auch die Praxis des Zazen keine absolute Sicherheit vor einem solchen

Irrtum gibt. Jede Überheblichkeit und Selbstgerechtigkeit aufgrund der Tatsache, dass man die Gelöbnisse einhalte, sei völlig unangebracht und blockiere die weitere positive Entwicklung.

Die Geschichte des Mönchs geht folgendermaßen weiter:

„Als sein Leben zu Ende ging, hatte er jedoch die Vision, dass auf ihn nur die Form einer mittleren Existenz zukommt. Diese gilt für (einen Menschen, der) die vierte Vertiefung in der Meditation (zwar erlangt hat, aber kein Arhat ist). Dies ließ in ihm die falsche Sichtweise aufsteigen. Er dachte: ‚Es gibt kein Nirvâna. Der Buddha hat mich getäuscht.‘ Als sein Leben zu Ende war, wurde er sofort in der Avici-Hölle wiedergeboren.“

Buddha sagte ihm, dass sein Leben eines einsamen Mönchs nun zu Ende sei. Dieser wollte sich damit aber nicht abfinden, da er doch in Zazen gesessen und die Gelöbnisse eingehalten habe. *Buddha* erklärte ihm: „Alles stammt von deiner (arroganten) Einbildung.“ Nach Dôgen verfasste *Gautama Buddha* dazu folgende Verse:

„Selbst mit umfangreichem Wissen, der Einhaltung der Gelöbnisse und der Meditation,
Musste er noch den (wahren) Dharma erlangen, durch den die andauernden Täuschungen beendet werden.
Obgleich er diese Tugenden besaß,
War es für ihn schwer, (wahres) Vertrauen zu haben.
Dass er in die Hölle fiel, geschah, weil er den Buddha verleumdete.
Dies hängt nicht mit der vierten Vertiefung in der Meditation zusammen.“

Dôgen erklärt, dass sich der Mönch zu seinen Lebzeiten in die Einsamkeit zurückgezogen und seinen Lehrer verlassen habe. Eine solche Isolation führe oft zur Überschätzung des eigenen buddhistischen Entwicklungsstandes und werde zum Feind der buddhistischen Lehre und Praxis. Der lebendige, ehrliche Austausch mit anderen Mitgliedern des Sangha, vor allem mit einem wahren Lehrer, ist laut Dôgen unbedingt erforderlich, um die geschilderte Sackgasse auf dem Buddha-Weg zu vermeiden. In einem Fall wie dem des Mönchs werde richtig und falsch verwechselt und man hafte an seinen eigenen überzogenen subjektiven Vorstellungen und an dem Stolz auf sich selbst.

Er fasst dann noch einmal die Fehler des betreffenden Mönchs zusammen: Dieser besaß keine Klarheit, um den Unterschied zwischen der vierten Vertiefung in der Meditation einerseits und dem wirklichen Zustand eines wahren *Arhat* („Wirkung“) andererseits zu erkennen. Er verließ ohne erkennbaren Grund seinen Lehrer und lebte isoliert in der Einsamkeit. Er hatte auch keinen dauerhaften Kontakt zu einem Ort *Buddhas* und hörte nicht regelmäßig den wahren Dharma. Durch eine solche Lebensweise verliert der Mensch völlig das Einschätzungsvermögen, wie es um ihn steht, gerät leicht in arrogante Selbstüberschätzung und wähnt sich in dem höchsten heiligen Zustand im Buddhismus. Der Fehler der eingebildeten eigenen Heiligkeit ist dann kaum zu vermeiden.

Von großer Bedeutung sei es, eigene Irrtümer klar zu erkennen und daraus zu lernen. Dazu zitiert Dôgen eine andere Geschichte aus dem alten Indien, in der ein Mönch ebenfalls in den Irrtum der eigenen Erleuchtung verfallen war, aber dies nicht zuletzt durch die Hilfe seines Meisters klar erkannte. Er gab dann seinen Irrtum zu und akzeptierte den notwendigen Lernprozess. Dadurch konnte er sich von der Blockade und den Fesseln seiner Täuschung lösen und sich fortentwickeln. Wenn man erkennt, dass man kein *Arhat* ist, die höchste Stufe des Buddha-Weges also noch nicht erreicht hat, beginnt der wahre Lernprozess. Die selbstgerechte Überschätzung löst sich auf, sodass ein ehrliches, einfaches Handeln und Lernen in der Praxis möglich wird. So vermeidet man auch, die Schuld auf *Buddha* und seine Lehre zu schieben, und hütet sich davor, *Buddha* herabzusetzen oder gar zu verleumden. Dies war nämlich der eigentliche Grund, warum der oben genannte Mönch in die Hölle kam. Wenn der Geist wieder frei wird, lösen sich illusionäre und maßlose Visionen von selbst auf und die Wirklichkeit hat wieder eine Chance.

Besonders gefährlich ist es, sich selbst als voll erleuchtet anzusehen und sich auf die gleiche Stufe wie *Gautama Buddha* oder die großen Meister zu stellen. Dôgen vergleicht solche Menschen mit den nicht-buddhistischen Philosophen in der Zeit *Buddhas* und zitiert einen alten Meister:

„Auch als der große Meister (Buddha) in der Welt war, gab es Menschen mit falschen Gedanken und Sichtweisen. Wie viel schlechter sind jene nach dem Dahinscheiden (des Tathâgata), die keinen Lehrer haben und unfähig sind,

irgendeine Meditation zu erlangen.“

Solche Irrtümer und Fehler würden sogar bei jenen vorkommen, welche die vierte Vertiefung in der Meditation erreicht haben, treten jedoch in erhöhtem Maße bei Menschen in Erscheinung, die diese Vertiefung überhaupt noch nicht erlangt haben. Sie versinken nach Dôgen sinnlos in der Gier nach Ruhm und sind berauscht vom eigenen Vorteil und Gewinn. Sie kriechen und dienen um Unterstützung der Mächtigen und wollen unbedingt eine weltliche Karriere machen. Dôgen betont, dass es damals im großen Königreich des Song viele solcher falsch informierter und törichter Menschen gegeben habe, und er spricht damit den Opportunismus der damaligen Zeit an:

„Sie sagen, dass der Buddha-Dharma und die Methoden des Konfuzius und Laotse in Übereinstimmung sind und sich nicht unterscheiden.“

Anschließend berichtet er von einem Mönch mit dem Namen *Shôju*, der 1208 starb, also eine Generation vor Dôgen lebte. *Shôju* hatte ein umfangreiches Werk von 30 Bänden veröffentlicht, in dem er ausführte, dass die Lehren von *Gautama Buddha*, Konfuzius und Laotse wie die Beine eines dreibeinigen Kessels eine wunderbare stabile Einheit bilden; wenn ein Bein fehlen würde, müsste der Kessel umfallen. Er sagte:

„Ich habe erkannt, dass die Essenz, die der Konfuzius lehrt, die Redlichkeit ist. Die Essenz dessen, was das Tao lehrt, ist das Loslösen. Die Essenz der Lehre von Shâkyamuni besteht darin, die Natur (unabhängig von der Praxis) zu sehen. Redlichkeit, Loslösen und die Natur zu sehen: verschieden in den Namen, (aber) dasselbe in der Substanz. Wenn wir den Punkt meistern, an dem sie zusammenkommen, gibt es nichts, was nicht genau mit dieser Wahrheit übereinstimmt.“

Dôgen bedauert, dass es viele Menschen mit solch falschem Denken und falschen Sichtweisen gibt. Das sei schwerwiegender, als die vierte Vertiefung in der Meditation mit der heiligen Arhatschaft zu verwechseln. Im Verhältnis zum Buddhismus seien die anderen Lehren nämlich ungenau und für die Lebenspraxis wenig geeignet. Daher könne man sie qualitativ überhaupt nicht als gleichwertig ansehen. Dôgen zählt dann die wichtigsten Merkmale der Wirklichkeit des Buddhismus auf, die Nishijima Roshi zum Beispiel durch die vier Lebensphilosophien des Idealismus, Materialismus, des Handelns im Augenblick und des höchsten Zustandes des Gleichgewichts und Erwachens

kennzeichnet. In der Tat sucht man eine derartig tiefgründige und zugleich realistische Genauigkeit bei den Lehren von Konfuzius und Laotse vergebens. Obgleich das Plattform-Sûtra des großen Meisters *Daikan Enô* die Formulierung enthalte, „die Natur (unabhängig von der Praxis) zu sehen“, sei dies laut Dôgen kein verlässlicher Originaltext, sondern eine Fälschung. Es handle sich dabei niemals um die Worte von *Daikan Enô*, sondern sie stammten von einem unzuverlässigen Nachfolger, der nicht vertrauenswürdig sei. Dôgen wehrt sich insbesondere dagegen, dass Konfuzius und Laotse als wahre *Bodhisattvas* bezeichnet werden, die zur großen Lehre des Buddha-Dharma gehören und den wahren Kern des Buddhismus lehren würden. Nishijima Roshi und Chodo Cross bemerken in ihrer Fußnote zu diesem Kapitel des *Shôbôgenzô*, dass in der späteren Zeit die Lehren von Konfuzius und Laotse in China erheblich an Bedeutung gewonnen haben und dass sich die Regierung und die gesamte Obrigkeit mehr oder minder deutlich vom Buddhismus abwandten. Dies mag zum Teil den Niedergang des Buddhismus in China nach dem 11. Jahrhundert erklären. Sicher gab es in dieser Zeit auch sogenannte Meister, die ihr Fähnchen opportunistisch nach dem Wind der offiziellen Politik drehten und bewusst oder unbewusst eine solche Vermischung lehrten. Außerdem existierten im China jener Zeit Strömungen, die den Buddhismus ganz ablehnten, weil er nicht in China selbst entstanden, sondern aus einer fremden Kultur importiert worden sei. Sie griffen daher stärker auf die nationalen Philosophen Konfuzius und Laotse zurück und versuchten, den Einfluss des Buddhismus zurückzudrängen. Es wird sogar von regelrechten Verfolgungen der Buddhisten berichtet und tatsächlich neigte sich die große Blütezeit des Zen-Buddhismus dem Ende zu.

Dôgen gibt dann den chinesischen Philosophen Chuang-tzu wieder, der lehrte:

„Adel und Niedrigkeit, Leiden und Freude, richtig und falsch, Gewinn und Verlust: Alles dies ist nur der natürliche Zustand.“

Dôgen setzt dagegen, dass die obigen Zustände die Wirkungen von gutem oder schlechtem Verhalten sind. Dieser Philosoph kenne nicht die verschiedenen Formen des Karma und wisse nichts von der Wirklichkeit des Augenblicks. Außerdem rede er von menschlichen Bewertungen, die nicht

der wahren Wirklichkeit entsprechen, so wie sie ist.

Dann wendet sich Dôgen gegen die Lehre des Konfuzius, der eine angeborene und weitgehend festgelegte und konstante Intelligenz des Menschen lehrte. Im Gegensatz dazu sei das Wesentliche im Buddha-Dharma gerade der Lernprozess des Menschen. Denn jeder könne dem Weg *Gautama Buddhas* folgen, wenn er ausdauernd Zazen praktiziere, die Buddha-Lehre studiere und einen wahren Lehrer habe. Dazu zitiert Dôgen den zweiten chinesischen Nachfolger im Dharma, *Taiso Eka*, der immer wieder bedauerte:

„Die Lehren des Konfuzius und Laotse betreffen nur die Kunst der Anständigkeit und enthalten Kriterien für das (äußere) Verhalten. Die Schriften von Chuang-tzu und I-ching (Lehre des Yin und Yang) sind unvollkommen in Bezug auf die ausgezeichnete Wahrheit.“

Wenn es *Taiso Eka* nicht gegeben hätte, wäre laut Dôgen die Lehre *Buddhas* in China überhaupt nicht weitergegeben worden.

Am Ende des Kapitels beschäftigt sich Dôgen mit den Lehren verschiedener indischer Philosophen, die sich später *Gautama Buddha* anschlossen. Einige vertraten zum Beispiel die Meinung, dass alle Fragen in einer differenzierenden und kontroversen Diskussion zergliedert werden müssten, um zur Wahrheit zu gelangen. Andere sagten fälschlich, dass jeder Gelehrte ohnehin nur seine eigene subjektive Wahrheit verkünde und alles andere ablehne. *Gautama Buddha* habe dagegen in aller Klarheit vermittelt, dass es nur eine einzige Wahrheit und eine einzige Lehre des großen Buddha-Dharma gebe. Wer nur auf seiner eigenen subjektiven Wahrheit beharre, sei an sein Ich gefesselt, neige zu Überheblichkeit und würde sich nur selbst bespiegeln. Eine intellektuelle Erklärung des Nirvâna sei zudem völlig unbrauchbar, da dies nur in der Praxis erlernt werden könne. Wer im Wettstreit der Argumente gewinnt, fällt nach Dôgen nur in die eigene Grube seiner eingebildeten Überlegenheit. Wer aber im Streitgespräch verliert, versinke in die düstere Stimmung der Unterlegenheit. Beides sei daher nicht sinnvoll und entspreche nicht dem Mittleren Weg. Weiterhin seien Worte wie „Leerheit“ oder „Substanz“ nicht die Wahrheit und Wirklichkeit dieser Welt selbst, denn diese können nur praktisch erfahren und erlebt werden und übersteigen Begriffe und Sprache.