

Das Nicht-bedingte im Buddhismus, im Zen, und in unserem Leben.

Jeff Shore

Den Weg des Erwachens ergründen heißt sein eigenes Selbst ergründen.
Sein eigenes Selbst ergründen heißt sein eigenes Selbst vergessen.
Sein eigenes Selbst vergessen heißt mit allen Bedingungen im Einklang zu sein.
Mit allen Bedingungen im Einklang zu sein ist die Aufhebung von Geist/Körper
des Selbst und des Anderen. Dann bleibt keine Spur von Verwirklichung.
Und diese spurlose Verwirklichung setzt sich fort ohne Ende.
(Dogen: *Shobogenzo, Genjokoan*)

EINFÜHRUNG

Wir machen dieses Retreat alle gemeinsam. Ich danke Ihnen und allen für ihren Beitrag. Wir lassen es gemeinsam geschehen, und ich bin voller Dankbarkeit, ein Teil davon zu sein.

Dies ist ein Gespräch über die Wahrheit des Buddhismus, über die Wahrheit, die der Buddhismus *ist*. Aber wie kann diese Wahrheit ausgedrückt werden? Und wie können Sie sie rezipieren? Vor allem anderen müssen wir sozusagen hinter die Worte gelangen, um die tatsächliche Tragweite und Bedeutung dessen zu erfassen, was gesagt wird. Dies ist also nicht ein Vortrag zum passiven Zuhören. Ich lade Sie ein, diesen Sinn für sich selbst zu realisieren, oder zumindest eine Ahnung davon anzunehmen.

Was ist Buddhismus? Einfach gesagt, könnte man ihn einen praktischen Weg der Emanzipation oder Befreiung nennen. Befreiung wovon? Von allem. Von allen Bedingtheiten. Das Thema dieses Vortrags ist das Nicht-bedingte. Wie wir sehen werden, ist aber alles - einschließlich unserer selbst - bedingt, konditioniert. Wo und wie können wir also Befreiung finden?

Man möchte denken, dass wir irgendwie die Bedingtheiten transzendieren. Aber der Buddhismus bestätigt keine solche transzendente, übernatürliche Realität. Dafür besteht keine Notwendigkeit. Dann aber stehen wir vor der Frage, wo und wie wir Befreiung finden können. Es gibt nichts wohin wir gehen könnten, keine transzendente Wirklichkeit. Dabei ist diese Wirklichkeit, uns selbst eingeschlossen, bedingt, labil und dem Wechsel unterworfen. Das ist das ganze Problem auf den Punkt gebracht, sowohl in der Praxis als auch in der Theorie. Es führt uns unmittelbar zu unserem Thema: dem Nicht-bedingten.

DAS NICHT-BEDINGTE IM BUDDHISMUS

"Dies ist nicht bedingt. Wäre es das nicht, gäbe es keine Emanzipation des Bedingten. Aber da es tatsächlich nicht-bedingt ist, sind alle Bedingtheiten

emanzipiert." Das ist eine Paraphrase nach den frühen buddhistischen Sutren, eines Ausspruchs, der dem Buddha zugeschrieben wird - keine Analyse oder tiefeschürfende Betrachtung, wie so viel in der Pali-Literatur, eher schon eine Art von Halleluja oder Heureka. [*Zitate in den Anmerkungen*]

Im Zusammenhang betrachtet, lehrt der Buddha hier, und die versammelten Mönche hören intensiv zu, während er 'die Bedeutung erschließt'. Dann folgt der zitierte Ausruf über das Nicht-bedingte. Ich werde noch auf die Wahrheit dieser Feststellung zu sprechen kommen - in einer Hinsicht ergibt sich alles was ich zu sagen habe ganz natürlich aus dieser Wahrheit.

Was sind das für Bedingtheiten? Im Buddhismus ist 'Bedingtheit' manchmal ein terminus technicus, oft wird das Wort aber auch in einem sehr weiten Sinn verwendet. Einfach ausgedrückt können wir sagen, dass unser Leben und wir selbst konditioniert sind durch verschiedene Faktoren: Raum und Zeit, Körper und Geist, frühere Handlungen und Entscheidungen, gegenwärtige Haltungen, Gene und Umweltbedingen etc. etc. Überflüssig zu erwähnen, dass das nicht nur eine theoretische oder spekulative Überlegung ist. Was geschieht, wenn wir keine reine Luft mehr haben zum Atmen, oder kein Wasser zum Trinken? Ohne diese Bedingungen wären wir nicht was wir sind - genaugenommen wären wir überhaupt nicht...

Der Buddhismus lädt uns ein, achtsam zu schauen und zu sehen, was denn tatsächlich da ist. Ist es nicht so, dass alles, auch wir selbst, Bedingungen unterworfen ist? Der Buddhismus postuliert keine ewige unwandelbare Seele hinter der Erscheinungswelt. Anstatt z.B. von einem Selbst oder einer Seele zu sprechen, spaltet er diesen Begriff auf in die *sechs Sinne*. Das bezieht sich nicht auf parapsychische Fähigkeiten, sondern auf die fünf üblichen Sinneswahrnehmungen, der als sechste die Wahrnehmung des Geistes oder Bewusstseins hinzugefügt wird. Es ist beachtenswert, dass nach dieser Beschreibung Geist bzw. Bewusstsein nicht mehr ist als das: eine Sinneswahrnehmung - nicht mehr und nicht weniger. Ebenso wie Hören stattfindet durch das Aktivieren des Gehörsinnes, entstehen Gedanken und Gefühle durch das Aktivieren des mentalen Sinnes. Da dieser sechste Sinn eine so integrierende Rolle hat, neigen wir dazu, ihn als Zentrum unserer Identität zu betrachten. Aber es ist bezeichnend, dass der Buddhismus auf Grund tatsächlicher Erfahrung und genauer und kritischer Betrachtung kein substantielles Selbst bzw. keine zugrundeliegende Seele annimmt. Er zeigt nur die Arbeitsweise dieser sechs Sinne auf, drängt uns aber nicht dies zu glauben. Statt dessen lädt er uns ein, der Frage selbst nachzugehen durch fortwährende Praxis.

Der Buddhismus spricht auch von den *fünf Aggregaten*, ein Weg, nicht nur das Selbst zu beschreiben, sondern alle Wirklichkeit, ob nun erfahren oder vorgestellt:

1) Materie, einschließlich der materiellen Form und des physischen Körpers.
2) Gefühl oder Empfindung. 3) Wahrnehmung. 4) Wille. 5) Geist oder Bewusstsein (der schon erwähnte sechste Sinn). Noch allgemeiner spricht der Buddhismus von *drei Kennzeichen* (Charakteristika oder 'Siegel') alles Seienden: 1) Ohne Dauer - Unbeständigkeit. 2) Nicht frei von Sorge - Ungenügen. 3) Ohne Selbst - Wesenlosigkeit, Selbstlosigkeit. Diese drei Kennzeichen sind natürlich eng miteinander verknüpft, mit den fünf Aggregaten und den sechs Sinnen. Denn die Dinge bleiben nicht immer so für uns wie sie sind, von ihrer Natur aus sind sie nicht von Dauer. Nichts das gefunden werden kann ist von Dauer und frei von Wandel. Und da wir selbst kein ewiges, unwandelbares Selbst besitzen, können wir nicht völlig zur Ruhe kommen oder frei von Zwang sein in uns selbst. Das zweite Kennzeichen, das ich Ungenügen [*dis-ease*] nenne, ist auch die erste Edle Wahrheit des Buddhismus, die im Deutschen meist mit 'Leiden' wiedergegeben wird.¹

Mit einem Wort - die drei Kennzeichen machen uns deutlich, dass kein bedingter Zustand dauerhaft ist - und dass nichts existiert jenseits der bedingten Existenz; kein bedingter Zustand kann in sich selbst zur Ruhe kommen; tatsächlich existiert kein grundlegendes Selbst oder eine Seele. Noch genauer ausgedrückt, können wir nicht zur Ruhe kommen im Sein - im Irgend-etwas-sein. Wahre Standfestigkeit finden wir nicht in uns selbst. Das ist das grundlegende Ungenügen unserer Existenz. Und dies ist die erste Edle Wahrheit des Buddhismus. Beachten Sie bitte - dies ist der Ausgangspunkt, nicht das Ergebnis jener Erfahrung, die den Buddhismus ausmacht. Wäre das wirklich der Schlusspunkt, dann könnte man wirklich von Pessimismus sprechen! Es gibt aber vier Edle Wahrheiten, nicht nur eine. Man sollte den *ganzen* Buddhismus im Auge behalten.

Vielleicht klingt das alles ein wenig seltsam für Sie, besonders für jene, die mit dem Buddhismus nicht vertraut sind. Lassen Sie's mich anders ausdrücken: "Ich suchte die Dinge, die an Orten aufbewahrt werden, aber ich fand unter ihnen keinen Ort der Ruhe, noch nahmen sie mich auf, so dass ich sagen konnte 'es ist genug, und es ist gut'". Wissen Sie, welcher große Zen-Meister das gesagt hat? Es stammt aus Buch 7, Kap. 7 der '*Bekenntnisse*' des hl. Augustinus. Er ist durch seinen eigenen furchtbaren spirituellen Kampf gegangen, den er in seinen 'Bekenntnissen' mit großer Schärfe aufzeigt. Hier sehen wir, dass Augustinus klar erkannte, dass er, so wie er war, in sich selbst nicht zur Ruhe kommen konnte. Er verwendet eine räumliche Metapher, aber er spricht natürlich nicht einfach über den physikalischen Raum. Und was war seine Erlösung? Sie steht in der bekannten Passage auf der Anfangsseite der '*Bekenntnisse*': "Du hast uns geschaffen auf Dich hin, und unruhig ist unser Herz, bis es ruht in Dir." Dies ist ein markiger und wunderschöner Ausdruck der Erlösung im Monotheismus, wie er in der jüdisch-christlich-islamischen Tradition gefunden wird: wir können nur Ruhe finden in Gott als

unserem Urquell und unserer Erlösung. Grundsätzlich hatte Augustinus entdeckt, dass er, wie er war, in nichts, was auch immer, Genüge finden würde. Und er hat alles versucht, wie jeder weiß, der seine 'Bekanntnisse' gelesen hat. Die Erlösung kam über ihn in einem Garten in Mailand im Sommer 386. Er spricht ganz direkt zu und für jeden von uns, wenn er erkennt, dass unser Herz ruhelos ist, bis es ruht in Gott.

Obwohl die Erlösung in diesen Religionen sich von der im Buddhismus unterscheidet - das Problem ist weitgehend dasselbe, nicht wahr? Ich glaube offengestanden nicht, dass es irgendetwas mit Buddhismus oder Christentum zu tun hat. Es hat zu tun mit dem Mensch-sein. Es ist die authentische Einsicht, die uns auf die religiöse Suche schickt - die Erkenntnis, dass wir uns selbst nicht genügen. Die erste Edle Wahrheit ist nicht beschränkt auf den Buddhismus.

Der Kern des Problems

Blicken wir ein wenig tiefer. Was ist der wirkliche Kern des Problems? Die Bedingtheit, die uns festhält? Nicht ganz. Der Buddhismus ist eher spitzfindig, aber in diesem Punkt ist er völlig konsequent. Er beschreibt das Selbst, die Welt, und alles in ihr als eine Art von universeller Interdependenz,² oder abhängiges Entstehen und Vergehen. Kurz gesagt, alles und jedes entsteht in Abhängigkeit von gewissen Bedingungen, und vergeht wieder wenn diese Bedingungen nicht mehr gegeben sind. Das hängt mit den oben drei erwähnten Merkmalen zusammen. Wir wissen bereits, dass der Buddhismus keine ewige Seele oder ein Selbst postuliert. Er postuliert auch keine erste Ursache allen Seins, wie den Schöpfergott in der jüdisch-christlich-islamischen Tradition.

Aber der Buddhismus spricht die unmittelbaren Gründe des Ungenügens an in Ausdrücken wie Unwissen, Verlangen und Selbstverhaftetsein. Anstatt über den letztendlichen Grund all dessen zu spekulieren, konzentriert sich der Buddhismus eher auf die Tatsache, dass wir hier und jetzt eben kein Genügen finden. Und wenn wir uns selbst prüfen, können wir sehen dass dies auf Unwissen, Verlangen und Selbstverhaftetsein zurückgeht. Das ist unser Ausgangspunkt. Wie erwähnt ist Buddhismus ein *praktischer* Weg oder Pfad. Er ist niemals bloße Theorie.

Der Buddhismus verwendet termini wie Unwissen, Verlangen und Verhaftetsein, um die relative Ursache unseres Ungenügens zu beschreiben. Das mag jemand nicht befriedigen, der eine einfache, eine Entweder-oder-Antwort sucht. Wenn wir aber unter die Oberfläche blicken dann erkennen wir, dass diese Ursachen tatsächlich miteinander verflochten sind und auf verschiedene Dimensionen des Problems hindeuten. Unwissend wie wir tatsächlich sind, verlangen wir Erfüllung in Verlangen und Verhaftung. Einer Sache verhaftet, entwickeln wir Besitzansprüche und haben Angst, sie zu verlieren. Anstatt Erfüllung zu finden, scheint sich unser Ungenügen nur zu vergrößern. Warum haben wir Verlangen? Weil wir nicht wissen,

wer wir wirklich sind. Kennten wir wahrhaft uns selbst, würden wir kein Verlangen danach haben, etwas zu haben oder zu sein. Dieses Verlangen wiederum hält uns davon ab, uns zu sehen wie wir wirklich sind; und so kommt der schmerzhaft Teufelskreis von Unwissen-Verlangen-Anhaften nicht zum Stillstand...

Praktisch gesagt liegt hier der Kern des Problems: dieser winzige, buchstäblich gegenstandslose - und doch so zäh klebende - Knoten der verblendeten Selbstverhaftung. Er ist tatsächlich *nichts*, aber auf Grund der Verflechtung der Bedingungen entsteht ein fest zusammengezogener Knoten der 'Ich-heit'. Wir alle wissen, wie schmerzhaft der sein kann. Das ist es was uns antreibt, religiöse oder spirituelle Praxis zu beginnen. Das ist es was uns dazu treibt, ZaZen zu sitzen.

Spirituelle Praxis

Jede spirituelle oder religiöse Praxis sollte mit großer Umsicht betrieben werden. Andernfalls können alle möglichen Probleme auftreten. Nicht zuletzt riskieren wir, dass unsere eigenen grundlegenden religiösen Probleme überhaupt nicht gelöst werden.

Z.B. könnte in einem bestimmten Stadium der Bewusstheit und des Leidens an diesem religiösen Problem die Tendenz auftauchen, buchstäblich das Bewusstsein völlig auszulöschen - "Kein Denken, kein Leiden." Die Menschen haben schon versucht, durch Meditation sämtliche Bedingtheiten loszuwerden. Das ist ein alter Kunstgriff. Auch heute noch können Yogis sich in Trance versetzen und willentlich alles Bewusstsein ausschalten. Sie werden eine Flamme an ihrer Haut nicht wahrnehmen - zumindest für den Augenblick. Aber das löst nicht das religiöse Problem, nicht wahr? Es ist ein Einschläfern des Bewusstseins, nicht unähnlich übermäßigem Alkohol- oder Drogenkonsum. Hier drängt sich der Vergleich mit dem spirituellen Ringen des Buddha vor seinem Erwachen auf. Er hat solche Praktiken gelernt, gemeistert - und abgelehnt. Er erkannte, dass sie nur ein zeitweiliger Stillstand waren. Im Zustand des ausgeschalteten Bewusstseins ist es wahr, man ist dem Leiden oder irgendwelchen Bedingtheiten nicht unterworfen; aber dieser Zustand selbst ist nur zeitlich begrenzt. Es zeigt sich: Der Versuch, einfach und wortwörtlich alle Bedingtheiten abzulegen, löst unser religiöses Problem nicht.

Ein anderes häufiges Missverständnis ist der Versuch, alle Inhalte loszuwerden, z.B. mit der Suche nach einem Ort der absoluten Stille, oder einen solchen für unsere Praxis zu schaffen. Man versucht, nichts zu hören und zu sehen, jeden sensorischen Input zu minimieren. Sie erinnern sich vielleicht an diese Isolationstanks, Samadhi-Tanks o.ä., die offenbar erstmals von Dr. John C. Lilly [*dem bekannten Delfinforscher*] in den 50er Jahren entwickelt wurden und später als Hilfsmittel dienten, um eine sensorischen Deprivation von Meditierenden hervorzurufen? Was glauben sie, was geschah? Viele Leute hatten friedliche,

angenehme Erfahrungen darin, andere drehten völlig durch. Warum? Welchen der sechs Sinne hatten sie vergessen zu unterbinden? Den Geist. Es ist offensichtlich: der Versuch, auf diese Weise den Inhalt des Bewusstseins zu löschen oder zu minimieren, berührt nicht einmal unser religiöses Problem, von seiner Lösung ganz zu schweigen.

ZaZen

Was also ist Buddhistische Meditationspraxis, so wie ZaZen - 'sitzendes Zen'? Zuerst einmal - es hat nichts zu tun mit einer Ausschaltung des Bewusstseins selbst oder dessen Inhalten. Was ist es dann? Es ist dies hier: *[setzt sich in ZaZen-Haltung]*

Was geht dabei vor? Im ZaZen gibt es keine Notwendigkeit, irgendetwas zu eliminieren - weder die Bedingtheit selbst noch den Inhalt des Geistes. Zu Beginn ist es natürlich von Vorteil, wenn man einen ruhigen Platz hat, getrennt vom weltlichen Trubel. Darum haben wir auch Retreats wie dieses hier. Das ist aber nicht der endgültige Zweck, wir sollten auch nicht danach verlangen als einem Fluchtweg aus dieser Welt.

ZaZen ist Freiheit von aller Bedingtheit, ohne sie auszuschalten. Es gibt keine Notwendigkeit dafür. Geben wir uns hier und jetzt vollständig dem ZaZen hin. *[sitzt in ZaZen-Haltung]*

Die Augen sind halb geöffnet, nicht geschlossen. Wir schauen nicht nach irgendetwas. Aber - wir schließen auch nichts aus. Wir sind nur da, mit jedem Bild bzw. jedem Geräusch, das eben da ist. Und wenn es verschwindet, verschwindet es eben. Wenn jemand vorbeigeht, sind wir uns dessen voll bewusst. Wir tun aber nichts mit dieser Bewusstheit, wir machen nichts daraus. Jemand geht vorbei. Nicht mehr, nicht weniger. Das ist völlig verschieden von unserem üblichen Bewusstsein, das immer 'etwas daraus macht' - "Da geht er schon wieder; wenn der Kerl nicht dauernd herumlaufen würde, könnte ich besser ZaZen machen" oder "Ah, ich mache gutes ZaZen - jemand ist vorbeigegangen, und ich wurde gar nicht abgelenkt!"

Dasselbe gilt genauso für die anderen Sinne, obwohl natürlich der sechste, der Geist, die größten Schwierigkeiten bereitet. Darum die Praxis eines kontinuierlichen, disziplinierten ZaZen in einem Retreat wie diesem. Mit Geduld und Übung ist es relativ einfach, einfach nur da zu sein mit den Bildern, den Geräuschen, ja selbst mit den schmerzhaften Gefühlen, die langanhaltendes ZaZen begleiten mögen. Wahres ZaZen jedoch schließt Leib-Geist in seiner Ganzheit mit ein und nimmt ihn an. Sich dabei auf den Atem zu konzentrieren kann sehr hilfreich sein. Dieses Atmen ist die natürliche Funktion von Leib-Geist, schließt ihn gleichzeitig ein und nimmt ihn an.

Nochmals, ZaZen ist Frei-Sein von aller Bedingtheit, ohne jedoch eine davon auszuschließen. Mehr noch, wahres ZaZen ist die Erfüllung aller Bedingtheit - lassen Sie mich das am Ende nochmals betrachten. Zunächst - durch die Selbstaufgabe an das konzentrierte ZaZen und das Bis-zum-Ende-Sitzen unseres Selbst löst sich der verwickelte Knoten unserer verblendeten 'Ich-heit' auf. Es ist sozusagen nur das verblendete Verlangen nach etwas - auch wenn es das 'Erleuchtet-sein' wäre - das den schmerzhaften Knoten zusammenhält.

Das Auflösen des Knotens

Ich gebe Ihnen ein einfaches Beispiel. *[Zeigt einen Schuh mit fest verknoteten Schuhbändern]* Dies ist das Selbst. Es ist nicht am Platz hier in der Meditationshalle, nicht wahr? Sie alle sind natürlich barfuß - keine Notwendigkeit für Schuhe hier - ich bin der Einzige, der mit einem Selbst herumläuft.

Was tun wir, wenn der Schuh zu drücken beginnt, wenn der Selbst-Komplex sich seines Ungenügens bewusst wird? Oft nehmen wir ein Ende des Knotens und ziehen ihn nur noch fester: "Mein verdammter Chef ist das Problem!" oder "Wenn ich nur nicht in diesem stupiden Job feststecken würde..." Wir können auch das andere Ende nehmen: "Es ist alles meine Schuld. Ich bin zu nichts zu gebrauchen. Ich mache nie was richtig..." Jetzt ist der Knoten ganz fest. Jetzt tut's wirklich weh.

Was also ist ZaZen? Dies hier: *[Löst den Knoten, indem er vorsichtig an beiden Enden gleichzeitig zieht]*. So einfach ist es. Dann wissen wir's wirklich selbst, denn dann ist der schmerzhaft Druck weg. Jetzt können wir uns die beiden Enden des Schuhbands ansehen und erkennen, dass der ganze schmerzhaft Komplex nichts anderes war als die Verknotung dieser Bedingungen, nicht mehr und nicht weniger.

Doch seien wir hier vorsichtig. Verfallen wir nicht in den Glauben, dass das Selbst absolut von Übel sei und vernichtet werden müsse. Das ist wieder eine Verblendung für sich. Der Buddhismus behauptet so etwas nicht. Wenn der Buddha, der Zen-Meister, oder von mir aus Sie oder ich, die Zendo verlassen, ziehen wir ganz natürlich unsere Schuhe wieder an, nicht die eines anderen. In dieser Beziehung haben wir alle einen Sinn für unser Selbst. Daran ist auch nichts falsch. Der Schuh ist gerade richtig zum 'Rausgehen'. Aber wir identifizieren uns nicht damit. Wir tragen ihn freiwillig, und ebenso freiwillig legen wir ihn wieder ab.

Das Herz-Sutra

Bis jetzt haben wir uns auf den frühen Buddhismus und die Theravada-Tradition konzentriert. Das Herz-Sutra ist ein sehr prägnanter Ausdruck der Auffassung des Mahayana, das sich später entwickelt hat. Ich vermute, es ist das meistzitierte Sutra überhaupt - nur eine Seite lang, aber darin ist alles enthalten. Lassen Sie mich einige Stellen daraus zitieren in unserem gegenwärtigen Kontext, damit Sie sehen können, dass der Buddhismus hier mit *einer* Stimme spricht, obwohl der Tonfall deutlich anders ist. "... in der Praxis der transzendenten Weisheit aufgehend sieht er deutlich, dass die fünf Aggregate [s.o.] ihrem Wesen nach leer sind ..." - in anderen Worten: alles Bedingte ist leer von einem Selbst - " ... und überwindet so alles Ungenügen." Das ist der Kern des Buddhismus. Die bekannteste Passage: "Form ist Leere, Leere ist Form. Form ist nicht anders als Leere, Leere nicht anders als Form." In anderen Worten: alles Bedingte ist leer von einem Selbst - und diese wunderbare Leere ist nichts anderes als alle Formen und Bedingungen. Nicht, diese Welt zu transzendieren und in eine Welt der Leere einzugehen. Das Herzsutra geht weiter: "Kein Auge, kein Ohr, keine Nase, keine Zunge, keinen Körper, keinen Geist ..." Was ist das? Die sechs Sinne. Und es heißt, dass da keine sind. Tatsächlich sagt es weiter über die sechs Sinne, dass kein Sinn da ist, kein sinnlich wahrgenommenes Objekt, und keine sinnliche Wahrnehmung. Und es hört damit nicht auf; es erklärt weiter: "Kein Nichtwissen," - war nicht das das Problem? - aber dann geht es weiter: "kein Auslöschen des Nichtwissens." Ganz offensichtlich weder ein bloßer Geisteszustand noch eine Angelegenheit der geistigen Leere. "Kein Ungenügen, keine Ursache von Ungenügen, kein Auslöschen des Ungenügens, kein Weg, der zur Auslöschung des Ungenügens führt." Das sind die vier Edlen Wahrheiten; und alle sind sie vergangen. "Keine Weisheit, kein Erlangen." Weder ist da Weisheit noch Erlangen - nichts zu erlangen. Es ist nicht notwendig, das zu interpretieren. Wir könnten den Rest unseres Lebens damit verbringen, und würden kaum die Oberfläche ankratzen. Es mag genügen zu sagen, dass das Herz-Sutra nicht einfach von Bedingungen spricht, oder von deren Fehlen. Und doch ist es nichts Transzendentes oder Übernatürliches. Es ist dieses [*schlägt auf den Boden*] Leer-Sein. Wir sind selbst leer von einem Selbst. Wieder das Sutra zitierend, ist dies "Freiheit von allen Hindernissen, aller Angst, aller Verblendungen, Nirvana." Kurz, Freiheit von aller Bedingtheit - das Nicht-bedingte.

Was wir vom Selbst und von der Welt gedacht haben, hat sich gewandelt. Aber wohin sind wir gekommen? In irgendeine transzendente, übernatürliche Welt? Um auf den Anfang zurückzugreifen frage ich nochmals: "Wovon sind wir denn befreit?" Von uns selbst, von unserem Knoten des Selbstverhaftetseins. Damit sind wir befreit von allem. Plumper gesagt - wir brauchen nicht von unseren

Bedingtheiten befreit zu werden, sie sind nicht das Problem. Was bleibt dann? Alles!
- nun aber nicht-bedingt.

Vielleicht erscheint das alles irgendwie abstrakt, werfen wir also einen Blick darauf, wie damit in der Tradition des Zen-Buddhismus umgegangen wird.

DAS NICHT-BEDINGTE IM ZEN

Was ist Buddha?

Eine der am häufigsten gestellten Fragen im Zen-Buddhismus ist: "Was, oder wer, ist Buddha?" Buddha heißt 'ein Erwachter' - wenn du z.B. zur Wirklichkeit erwacht bist. Üblicherweise wird diese Frage gestellt von einem Mönch oder sonst jemandem, der sein Leben der Suche nach Erleuchtung gewidmet hat. Und üblicherweise stellen wir diese Frage, weil sie uns selbst noch nicht aufgegangen ist. Es ist also eine sehr treffende Frage: "Ich verstehe es nicht; wer ist der Buddha, was ist Erwachen?" Im jetzigen Kontext kommt es darauf hinaus: Was ist das Nicht-Bedingte?

Auf diese Frage hat es schon sehr viele Antworten gegeben. Lassen Sie mich gerade ein paar zitieren. Ein Mönch namens Echô fragt, was der Buddha ist. Die Antwort: "Du bist, Echô." Das hört sich an wie aus einem Volksschullesebuch - Franzi fragt: "Was ist Buddha?" und der Lehrer antwortet: "Du bist, Franzi!" Das ist der ganze Koan. Die ganze Frage, und die ganze Antwort. Vielleicht hatte der Mönch irgendein vorgefertigtes Bild, ein falsches Bild, darüber, was denn der lebendige Buddha ist, und deshalb antwortete ihm der Meister auf diese Weise. Aber das ist hier nicht der Punkt; für uns hier und jetzt - was ist Buddha?

Eine andere Antwort auf die gleiche Frage: "Drei Pfund Flachs." Was ist der Unterschied zwischen dieser Antwort und der vorhergehenden? Es ist vermutet worden, dass der Meister in diesem Augenblick gerade Leinen zusammenlegte oder Flachs wog, vielleicht für die Herstellung von Roben. Oder dass er das Gewicht einer Mönchsrobe angab. Aber wir brauchen uns wiederum nicht um diese Dinge zu kümmern. Der springende Punkt ist, dass der Meister nach dem Wesen des Buddha gefragt wurde und antwortete mit dem, was gerade in diesem Moment vorhanden war. Im Prinzip antwortete er auf eine Frage nach dem Nicht-bedingten, indem er direkt die unmittelbaren Bedingungen aufzeigte, die ihn umgaben. Eine glänzende Antwort zu jener Zeit und an jenem Ort. Wenn aber jemand versucht sie zu imitieren, ist sie schon verloren.

Noch eine dritte Antwort: "Ein getrocknetes Stück Scheiße." Das ist nicht nur vulgäre Sprache - im Gegenteil, es ist ein religiöser Diskurs auf höchster Ebene. Vielleicht kannte der Meister den fragenden Mönch, wusste, dass der an der *Form* des Buddha als der eines 'Vorbilds ohnegleichen' haftete. Vielleicht waren sie unterwegs, und es lag Schmutz auf der Straße. Auf jeden Fall hat zu jener Zeit und an jenem Ort der Meister erwidert "Ein getrocknetes Stück Scheiße." Ist daran etwas falsch? Liegt es außerhalb des Buddhalandes? Gehen Buddhas auf die Toilette? Tun Sie's?

Warum kam der Erste Patriarch?

Eine andere häufig gestellte Frage ist die nach der Absicht bzw. der Bedeutung, die darin liegt, dass Bodhidharma, der erste Patriarch des Chinesischen Zen, die gefährliche und aufwendige Reise von Indien nach China unternahm, um das nicht-bedingte Karma 'weiterzugeben'. Oberflächlich betrachtet scheint das eine völlig andere Frage zu sein als die vorhergehende, was denn Buddha sei. Aber in Wahrheit fragt sie nach dem Gleichen.

Warum kam der Erste Patriarch? Eine Antwort: "Warum fragst du nicht dein eigenes Wesen?!" Dann wär's dir ein für allemal klar. Warum machst du dir die Mühe, nach Bodhidharma zu fragen?

Eine andere Antwort auf die gleiche Frage: "Wenn es irgendeinen Grund dafür gäbe, könnte kein einziges Wesen jemals gerettet werden." In einem chinesischen Text gibt es kein Subjekt, man könnte also auch lesen 'Keiner', 'Ich', 'Du', oder 'Er' (Bodhidharma). Aber der 'Grund' hier ist: solange wir nach irgendetwas greifen - auch wenn es der Grund Bodhidharmas ist, oder eine sogenannte Verwirklichung - binden nur wir uns selbst.

Noch eine Antwort: "Der Baum da im Garten." Anscheinend stand da eine große Eiche oder Zypresse vor diesem Tempel. Ihre Äste, die bis zum Himmel, und die Wurzeln, die in den Schoß der Erde reichen, ließen den Meister ganz natürlich dem stattlichen Baum das Reden überlassen. Der Mönch fährt fort: "Meister, bitte bezieht Euch nicht auf objektive [bedingte] Dinge." Der Meister antwortet: "Das tue ich auch nicht." Der Mönch wiederholt seine Frage: "Warum kam dann der Erste Patriarch?" Der Meister: "Der Baum da im Garten." So wie wenn der Mönch bitten würde: "Ich frage nach dem Nicht-bedingten, also antworte mir nicht mit etwas Bedingtem. Ich will Leere, Du aber hörst nicht auf mir Form anzubieten." Das Nicht-

bedingte erhebt sich vor unseren Augen genau in diesem Augenblick. Wo sonst könnten wir es jemals finden?

Ah, Kônan im Frühling: Rebhühner gurren, Blumen duften!

Noch ein Beispiel aus der Zen-Tradition. Ein Mönch fragt: "Sowohl Reden als auch Schweigen sind relativ [bedingt]. Wie können wir frei sein von beidem?" Er scheint in der Dualität von Reden und Schweigen verhaftet zu sein. Wie antworten wir? Der Meister verwendete den Vers eines bekannten Dichters: "Ah, Kônan im Frühling: Rebhühner gurren, Blumen duften!" Kônan ist eine Gegend südlich des Yangtse, berühmt für ihre landschaftliche Schönheit. Ist der Meister in die Falle gegangen, Sprache zu verwenden? Oder gibt er dem lebendigen, beredten Ausdruck, was jenseits von Reden und Schweigen liegt? Beachten wir, was der Meister hier liebevoll wachruft, im Sinne einer Sehnsucht nach der Schönheit von der er singt. Welch eine freie und wunderbare Antwort auf die Frage des Mönchs! Turteltauben, die miteinander gurren im Frühling - ein wundervoll passendes Bild für diesen Mönch, der in die Dualität von Rede und Stille eingehüllt ist. Wenn du mit deinem Liebsten vereint bist, gibt es dann ein Problem von Reden oder Schweigen, von bedingt oder nicht-bedingt?

Dies sind nur einige wenige Beispiele aus der umfangreichen Zen-Tradition, aber ich glaube es ist schon so klar wie nur möglich: Wir haben keinen Zugang zum Nicht-bedingten, indem wir die Bedingtheit verneinen. Anstatt dessen ist das Nicht-bedingte, frei von jeder 'Knotenhaftigkeit' verblendeter Selbstverhaftung, jede einzelne Bedingung, in der wir uns selbst finden. Die Bedingungen sind nicht das Problem. Es geht auch nicht darum, völlig begierdelos, leblos, kalt und impotent zu werden. Dies wird immer und immer wieder verdeutlicht in der Zen-Tradition; nicht zuletzt in dem sehnsuchtsvollen Gedicht, aus dem gerade zitiert wurde.

Der Feuergott sucht nach Feuer

Es ist auch keine Angelegenheit des Verstehens, ob jetzt intellektuell oder sonstwie. Dazu ein hervorragendes Beispiel: Ein Mönch übt mit einem Meister drei Jahre lang, er geht aber nie zu einem persönlichen Gespräch - so fragt ihn der Meister nach dem Grund. Der Mönch erklärt, er hätte bei seinem vorhergehenden Meister bereits eine Erleuchtung gehabt. Der Meister fragt nach den genauen Umständen, und der Mönch erzählt, er hätte damals nach dem Selbst eines Zen-Übenden gefragt ['Was ist Buddha' - es ist dasselbe.] Der Meister hätte erwidert: "Der Feuergott sucht nach Feuer." Der gegenwärtige Meister erklärt, das sei wirklich ein guter Satz, aber

der Mönch hätte ihn noch nicht ganz verstanden. Der Mönch antwortet, es sei wie Feuer, das Feuer suche, wie das Selbst, das auf der Suche nach dem Selbst sei. [Der Feuergott brennt ewig lichterloh. Was ist lächerlicher, als dass er auf der Suche nach Feuer wäre?] Der Meister erklärt ihm, dass er tatsächlich noch nicht alles verstanden habe. Der Mönch verlässt aufgebracht das Kloster. Aber unterwegs kommen ihm doch echte Zweifel, und so kehrt er um und bittet den Meister in aller Ehrlichkeit um Antwort: "Was ist das Selbst eines Zen-Übenden?" Der Meister erwidert: "Der Feuergott sucht nach Feuer." - und in diesem Augenblick erfährt der Mönch das große Erwachen. Was war der Unterschied?

Ganze Mengen guter Geschichten, aber darum bin ich nicht hier. Wenden wir uns am Ende dem Nicht-bedingten in unserem eigenen Leben zu.

DAS NICHT-BEDINGTE IN UNSEREM EIGENEN LEBEN

Die Wirklichkeit des Sich-selbst-verlierens

Sie haben jetzt einiges gehört über buddhistische Sutren und auch ein paar Zen-Geschichten. Aber dass wir, genau hier und jetzt, wirklich zur Selbst-losigkeit gelangen - das ist eine ganz andere Geschichte, nicht wahr? Sie mögen denken, dass das völlig unmöglich ist. Sie wären im Unrecht. Warum? Weil wir tatsächlich uns selbst ununterbrochen verlieren. Was geschieht denn, sobald wir 'einsteigen' beim Betrachten eines Films oder 'uns verlieren' beim Lesen eines Buches? Waren Sie jemals ver-lobt? Wohin gehen wir, wenn wir uns verlieren?

Worin besteht die Erfahrung des Sich-selbst-verlierens in einem Film, in einem Buch, in einem Spiel oder im Sport? Es ist ja nicht so, dass wir das Bewusstsein und die Fähigkeit zu funktionieren verlören. Ganz im Gegenteil - ist es nicht genau dann, dass wir voll und ganz 'da' sind? Musiker, Künstler, Sportler und Artisten [*und Liebende*] wissen das.

Worin besteht der Unterschied? - das ist die Frage hier. Uns selbst auf diese Art und Weise zu verlieren ist nur eine zeitweilige, partielle Selbst-Transzendenz. Dann kommen wir wieder zurück zu uns selbst. Buddhismus hat damit nichts zu tun, wie wir gesehen haben - Buddhismus ist das vollständige und endgültige 'Aufdröseln' des irreführenden Selbst-Komplexes. Zur Wirklichkeit zu erwachen heißt die Freiheit zu verwirklichen, dass da kein Selbst ist, zu dem man zurückkehren müsste - und auch die Freiheit von *dieser* Erkenntnis. Fern von einer kalten und leblosen Trance, gibt es nichts Lebendigeres und Befreienderes als dies. Jeder einzelne Augenblick entfaltet sich ohne Grenzen.

Auf einer langen Autofahrt nach Hause finden Sie sich plötzlich wieder, wie Sie sicher vor Ihrem eigenen Haus vorfahren. Wie haben Sie das gemacht? Waren Sie dort oder nicht? Sehen Sie jetzt, wie diese so unbegreiflichen, mehrdeutigen buddhistischen Aussagen etwas sehr Tiefes sehr genau ausdrücken, das wir jeden Tag in unserem Lebens berühren? Das ist aber ein zeitweiliger, partieller Zustand, in den wir kommen und den wir auch wieder verlassen, und er ist auch üblicherweise begrenzt auf einen bestimmten Inhalt oder Kontext. Ein zeitweiliger, partieller Zustand ist es deswegen, weil wir immer noch an den irreführenden Selbst-Komplex gebunden sind. Diese lebendige Realität aber ist kein Zustand, ob jetzt temporär oder sonstwie. Sie ist überhaupt kein Ding.

Wenn wir zu uns zurückkommen, sagen wir: "Wow, das war toll!" Dann ist es reduziert zu etwas, das in der Vergangenheit von uns erfahren wurde, wir haben die grenzenlose Wirklichkeit auf 'etwas' reduziert. Aber was ist mit dem Moment, wo

wir verloren waren in Ehrfurcht vor dem Bild oder der Darstellung? Was war da? Und was waren wir in dem Moment wo wir verloren waren? Wir waren zur Gänze da, und doch waren wir überhaupt nicht da. Seltsam... Und doch geschieht das uns allen jeden Tag. Genau jetzt ist mein Mich-verlieren ins Reden und Ihr Sich-verlieren ins Zuhören ja nichts Anderes.

Warum ist es so leicht, im wahrsten Sinn des Wortes mühelos, sich spontan einfach so in das Alltagsleben zu verlieren; aber so mühsam, das innerhalb einer kontinuierlichen spirituellen Praxis zu tun? ZaZen ist überhaupt nicht schwierig, es scheint nur mühsam, weil unser Geist zu einer Fabrik für Idole gemacht worden ist, die endlos geistige Aktivität hervorbringt, rastlos irgendwelchen Dingen nachjagt. ZaZen ist ein unmögliches Unterfangen, wenn man unserer üblichen geistigen Aktivität und Rastlosigkeit ausgeht. Aber das heißt wiederum nicht, dass ZaZen schwierig wäre. Gib dich selbst vollständig hin im ZaZen und nichts ist einfacher. Es gibt nichts zu erreichen. Es ist einfacher als seinen Finger zu heben. Die 'Schwierigkeit' liegt in uns selbst, nicht im ZaZen. Sich ZaZen zu nähern mit unserem üblichen, abgelenkten und ablenkenden Geist - genau das ist es, was es so fernliegend und schwierig erscheinen lässt. So verlangt eine kontinuierliche Übung des ZaZen einige Disziplin und Geduld. Das macht den Wert eines Retreats wie diesem aus.

Wenn ich eine Blume rieche, dann rieche nicht *ich* eine *Blume*. In diesem konkreten Moment ist da nur [*riecht an einer Blume*] "Ahhh!" In diesem Moment gibt es kein Selbst, keine Blume. Jeden Tag bestätigen wir mit unserer lebendigen Erfahrung des Augenblicks die Wahrheit jener anscheinend unbegreiflichen, mehrdeutigen buddhistischen Aussagen, aber wir können sie nicht zur Gänze als das erkennen, was sie ist. Stattdessen erscheint wieder der Knoten des 'Ich', und die grenzenlose Wirklichkeit wird wieder reduziert zu *mir*, der mit irgendeinem Ding konfrontiert ist, einer duftenden Blume, einem weniger wohlriechenden Schuh - was auch immer. Durch unsere rastlose geistige Routine verwandelt sich die lebendige Erfahrung in etwas, das von *mir* erfahren wird. Aber es lässt sich nicht leugnen: die tatsächliche 'Auflösung' des Selbst - das lebendige Herz des Buddhismus - liegt bei jedem Schritt unter unseren Füßen, ja sie *ist* in jedem Schritt. Wir sind wie kleine Kinder, die vorsichtig ihre Schuhe binden, bevor sie hinauslaufen und spielen; bevor wir es wissen, sind die Knoten wieder lose. Es ist offensichtlich: Was wir von uns selbst denken, ist in seiner Substanz nicht real. Tatsächlich verlieren wir uns selbst unaufhörlich. Selbst-Aufhebung ist lebendige Realität, nicht irgendein vages Ideal, das wir irgendwann in der Zukunft durch Selbst-Anstrengung erreichen könnten.

Jemand könnte einwerfen: "Aber wir benötigen das Selbst. Ohne das Selbst könnten wir keine Entscheidungen treffen, ja wir könnten nicht mal uns selbst verlieren." Das hört sich logisch an, stimmt aber nicht. Der bekannte japanische Zen-Meister Bankei hat häufig das Beispiel verwendet, wie man Geräusche von außen hört, während man einem Vortrag zuhört. Sie hören meinem Vortrag jetzt gerade intensiv zu. Aber wenn ein Auto vorüberfährt, wissen Sie, dass es ein Auto ist. Und wenn ein Hund bellt, wissen Sie, dass es ein Hund ist, und nicht eine Katze oder ein Auto. Bankei fragt nun: "Wie wissen wir das?" Wie wissen wir diese Dinge, ohne uns ihnen überhaupt zuzuwenden, ohne über sie zu reflektieren? Seine Antwort ist 'der ungeborene Buddha-Geist.' Das ist das Nicht-bedingte an der Arbeit. Wenn die Krähe ruft, wissen wir das im gleichen Augenblick völlig irrtumsfrei, ohne darüber nachdenken oder uns auf irgendetwas einlassen zu müssen.

Ein anderes Beispiel, das Bankei verwendet, ist das Gehen auf einer bevölkerten Straße. Wenn du mit einem Freund unterwegs bist, dann musst du nicht aufhören zu sprechen oder auch nur absichtlich durch die Menge steuern. Ihr beide umgeht die anderen Leute mühelos, während ihr euer Gespräch fortsetzt. Wie in aller Welt tun wir das? Sind wir dazu in der Lage, weil wir ein Selbst besitzen? Oder weil wir *kein* Selbst besitzen? Wenn ich Ihren Namen jetzt laut rufe, würden Sie antworten. Woher? - Woher kommen wir? Wer sind wir, bevor unser Name gerufen wird? Wie im Buddhismus gesagt wird - jedes andere Selbst ist so, wie wenn man einen anderen Kopf über den stülpen würde, den wir schon haben. So wie unsere eigene, grundlegende, ungehinderte Freiheit zu nehmen, sie in einen Schuh zu stopfen, ihn fest zu verschnüren und dann in der Zendo herumzumarschieren und zu sagen: "Schaut auf mich!"

Die Praxis der Realität

Es braucht seine Zeit; aber wenn wir uns voll und ganz unserer Praxis hingeben, dann werden wir die Erleichterung kennenlernen, die sich einstellt, wenn der Schnürsenkel gelöst wird. So wichtig das auch sein mag, es ist nicht das Ende des buddhistischen Weges, es ist der Anfang. Wir müssen unserer Praxis noch tiefer folgen, um sicherzugehen, dass der Schnürsenkel wirklich gelöst ist und bleibt. So beschränkt sich eine kontinuierliche und strenge Praxis nicht nur auf das Lösen des Knotens, sondern schließt auch das tatsächliche Öffnen des Schuhs ein.

Zuerst einmal, und am wichtigsten - der Knoten ist gelöst. Dann, so seltsam es sich anhören mag, müssen wir sichergehen, dass wir uns nicht verstricken in die Tatsache, dass der Schuh offen ist. Erst dann ziehen wir das Schuhband geduldig aus den Ösen heraus und entfernen es bis zum Ende. Was heißt das? Wir bringen alle

unser eigenes Karma mit, unsere eigene persönliche Geschichte und Erfahrung. Und diese Dinge müssen wir durcharbeiten in unserer Praxis. Eine sehr tiefe Einsicht zu haben löst an sich nicht jedes einzelne Problem. Menschliche Wesen sind sehr komplexe Geschöpfe. Tatsächlich garantiert das Auflösen des Knotens nicht, dass er nicht wieder zugezogen wird. Einen Schuh aufzubinden ist nicht dasselbe wie ihn ganz zu öffnen. Wenn er ganz offen ist, können wir dann den kleinen Schürsenkel hochhalten und sehen ihn als das, was er wirklich ist. Und das ist nichts, was wieder verknotet werden müsste.

"Aber welchen konkreten Übungen sollen wir nachgehen?" Da gibt es viele Möglichkeiten. ZaZen ist eine Form der Disziplin, aber es ist nicht die Form für jeden. Wie schon erwähnt, hat Augustinus einen authentischen Weg gefunden, aber auch der ist nicht für jedermann. Wenn Sie katholisch sind, ist das vielleicht ein wertvoller Hinweis. Aber welche Praxis es auch ist, es sollte eine sein, die allem Suchen als Selbst-Praxis ein Ende macht. Solange ich noch versuche etwas zu erreichen durch meine Praxis, ist diese Praxis nicht rein. Ein Rest von Selbst-Verblendung bleibt übrig. Praktizieren sie auf jeden Fall, und verwirklichen Sie diese Praxis. Aber lassen Sie diese Praxis direkt aus der Realität kommen, anstatt eine Selbst-Praxis zu betreiben, die immer weitergeht, immer ein Ziel anvisiert, das sie nie erreicht.

"Und wie geht das?" Vielleicht heißt diese Frage genauer "Gib mir ein paar konkrete *Bedingungen* zu erfüllen, so dass ich mir des Erfolgs sicher sein kann." Um es in den Zusammenhang unserer Ausgangsfrage zu stellen: "Wie und wo kann diese Verwirklichung eintreten?", oder, in anderen Worten: "Welche Bedingungen sind notwendig?" - Keine. Einzig das Auflösen des Knotens des Selbstverhaftetseins. Und das ist gar keine Bedingung. Löse dein Selbst auf. Was hält den Knoten zusammen? Unsere andauernde Selbstverblendung, unser Verlangen etwas zu sein, etwas zu tun - das ist alles. So wie es heißt, dieser sogenannte Buddhageist 'zeigt keine Abnahme in normalen Menschen und keine Zunahme in den Buddhas'. Er ist nicht etwas das dir fehlt oder das du erlangst, teilweise oder sonstwie. Es ist nicht diese Art von Objekt.

"Sei konkreter!" OK. Nimm das Gefühl, das du jetzt gerade hast, und verfolge es bis zu seinem Ursprung. Mache es rückgängig. Woher kommt es? Oder, noch besser: Nimm dein *Selbst* - was du für dein Selbst hältst - und verfolge es bis zu seinem Ursprung. Gerade jetzt, in diesem Augenblick, woher kommst du? Noch besser - Was fehlt dir hier und jetzt?

Lassen Sie uns enden wo wir begonnen haben. "Dies ist nicht bedingt. Wäre es das nicht, gäbe es keine Emanzipation des Bedingten. Aber da es tatsächlich nicht-

bedingt ist, sind alle Bedingtheiten emanzipiert." Ich habe viele englische Übersetzungen davon gesehen, und, mit der Hilfe von Gelehrten des indischen Buddhismus, den Pali-Text. Einige der Übersetzer geben es wieder als Befreiung *von* der Bedingtheit. Der Pali-Text selbst ist ambivalent und kann in beiden Richtungen verstanden werden. Ich würde vorschlagen, dass er gelesen werden sollte als Befreiung *der* Bedingungen. Warum? Weil die Befreiung von den Bedingungen suggeriert, dass ich durch die Praxis von den störenden Bedingungen wegkomme, indem ich mich an irgendein nicht-bedingtes Selbst halte.

Buddhismus ist die Befreiung *für* alle Bedingungen. Buddhismus beschäftigt sich mit der Befreiung aller Wesen, aller Bedingungen des Ungenügens. Und damit meine ich nicht nur das Mahayana-Ideal des Bodhisattva. Wenn dein Erwachen nicht alle Wesen einschließt - ob diese anderen Wesen sich dessen nun bewusst sind oder nicht, ist eine andere Frage - dann ist es nicht authentisch. Das ist unmittelbar verknüpft mit dem Mitgefühl.

Wir müssen uns selbst fragen: "Gipfelt unsere Übung wirklich in Mitgefühl, in der Arbeit der Liebe? Oder tendiert sie in die Richtung von Eskapismus und Quietismus?" Indem wir frei und selbstlos das Leiden und das Ungenügen des Anderen teilen, helfen wir ihm, es zu leeren, es loszulassen, gleichgültig wie die 'tatsächlichen Bedingungen' sind.

Wir suchen nicht die Befreiung von allem, sondern die Befreiung für alles. Das ist kein Wortspiel; es ist der Kreuzweg unserer Praxis, nicht wahr? Nicht nur darin, wie wir unsere Praxis 'vollenden', sondern darin, wie wir sie wahrhaft beginnen.

Ich danke für Ihre Aufmerksamkeit.

ANMERKUNGEN

DAS NICHT-BEDINGTE IM BUDDHISMUS

Die Paraphrase über das Nicht-bedingte stammt aus den Udâna VIII, 3 in der Khuddaka Nikâya der Sutta Pitaka im Palikanon:

(<http://www.palikanon.com>)

Es gibt, ihr Bhikkhus, ein Nichtgeborenes, Nichtgewordenes,
Nichtgeschaffenes, Nichtaufgebautes.
Wenn es, Bhikkhus, dieses Nichtgeborene, Nichtgewordene,
Nichtgeschaffene, Nichtaufgebaute nicht gäbe,
Dann wäre ein Ausweg aus dem Geborenen, Gewordenen,
Geschaffenen, Aufgebauten nicht zu erkennen.
Da es aber, Bhikkhus, das Nichtgeborene, Nichtgewordene,
Nichtgeschaffene, Nichtaufgebaute gibt,
Darum ist ein Ausweg aus dem Geborenen, Gewordenen,
Geschaffenen, Aufgebauten zu erkennen.

DAS NICHT-BEDINGTE IM ZEN

Was ist Buddha?

"Du bist, Echô." stammt aus Fall 7 der kôan-Sammlung Bi-yän-lu [*Hekiganroku*]

"Drei Pfund Flachs." aus Fall 12 des Bi-yän-lu bzw. Fall 18 des Wu-men-kuan [*Mumonkan*]

"Ein getrocknetes Stück Scheiße." stammt aus Fall 21 des Wu-men-kuan

Warum kam der Erste Patriarch?

Zu "Warum fragst du nicht dein eigenes Wesen?!" vgl. 'True Sitting: A discussion with Hisamatsu Shinichi' in 'The Eastern Buddhist' XXXI(1998),1, p.82

Zu "Wenn es irgendeinen Grund dafür gäbe, könnte kein einziges Wesen jemals gerettet werden." vgl. Burton Watson's Übersetzung von 'The Zen Teaching of Master Lin-chi' (Boston: Shambhala 1993) p. 68

"Der Baum da im Garten." stammt aus Fall 37 des Wu-men-kuan

Ah, Kônan im Frühling: Rebhühner gurren, Blumen duften!

Vgl. Fall 24 des Wu-men-kuan

Der Feuergott sucht nach Feuer

Vgl. Dogen: Shobogenzo, Kap. Bendowa, Frage 16 [vgl. *Shobogenzo I* (Zürich: Theseus 1976, p. 181f, dort wird allerdings der Feuergott mit 'Laternen Anzünder' übersetzt]

DAS NICHT-BEDINGTE IN UNSEREM EIGENEN LEBEN

Die Wirklichkeit des Sich-selbst-verlierens

Zu Bankei's Darstellungen vgl. z.B. Meister Bankei: 'Die Zen-Lehre vom Ungeborenen', hrsg. von Norman Waddell (München: Barth 1988) p. 35ff

Die Praxis der Realität

Der Buddhageist 'zeigt keine Abnahme in normalen Menschen und keine Zunahme in den Buddhas' - vgl. 'Die Zen-Lehre des chinesischen Meisters Huang-po' (Weilheim: Barth 1960) p. 28 - dort wird übersetzt: 'Er ist nicht kleiner, wenn er sich in gewöhnlichen Dingen, noch größer, wenn er sich als Buddha manifestiert.'

¹ Prof. Shore schreibt mir dazu: 'Dis-ease', 'lack-of-ease', ist nicht als irgendeine 'disease' - Krankheit - zu verstehen. Die Übersetzung 'Ungenügen' scheint mir eine kluge Wahl zu sein. Ausdrücke wie 'Qual', 'Sorge', 'Kummer' sollten vermieden werden, sie sind nur Variationen des missverständlichen 'Leiden'.

² Vgl. den Begriff 'Intersein' bei Thich Nhat Hanh