

Ich hier die Welt dort

Lehrtext · Lehrtexte · LT-0026

Herzlich willkommen zu diesem Zazenkai im Bethaus und zum heutigen Teisho. Im September hatte ich mit einer Reihe von Vorträgen gestartet. Grundlage für alle Teishos ist das berühmte Zitat des Buddha aus dem Diamantsutra:

"Sie sollen einen Vorsatz fassen aus einem Geist heraus, der nirgendwo verweilt."

Für jeden Vortrag bringe ich einige Zitate der alten Zen-Meister oder des Buddha mit. Namentlich von Huineng und Huangpo sowie Zitate des Buddha aus dem Diamantsutra und dem Lankavatara-Sutra.

Im ersten Teisho hatten wir uns mit der Grundbewegung des Geistes beschäftigt: "festhalten, haben wollen, wegdrücken, Widerstand".

Das zweite Teisho beschäftigte sich dann mit dem Thema "Begriffe nicht zu verfestigen."

Und heute möchte ich "Innen und Aussen", "Ich hier und die Welt dort" oder einfach "Subjekt-Objekt" näher beleuchten.

Werbung

Das gewöhnliche Denken und Handeln orientiert und fusst auf einer Sicht der Trennung in "Ich - als Zentrum" und die "Welt als Gegenpol".

Ein Beispiel. Ich habe gerade meine Mailbox aufgemacht und erhalte eine Nachricht vom "Schweizerischen Kneippverband". Es ist der regelmässig erscheinende Newsletter mit Werbebotschaften. Ich lese "Prävention, weil Sie es sich wert sind". Ich habe dann mal im Internet gesucht und finde diese Produktwerbungen:

L'Oréal Paris Schweiz: „Weil du es dir wert bist.“ und weiter im Text "jeder von uns *ist es wert*."

Nu Skin Schweiz: „Entfalte dein bestes Ich.“

Diese Werbetexte sprechen die Person als ein „Ich“ an, das seinen Wert bestätigen oder sein „bestes Ich“ hervorbringen kann:

- Du bist wertvoll → deshalb etwas für dich tun.
- Du bist es dir wert → deshalb dieses Produkt.
- Es gibt ein „bestes Ich“ → das du entfalten kannst.

Die Werbung sagt nicht einfach "Hier ist ein Shampoo oder ein Wellnessprodukt". Sie bietet zusätzlich eine Geschichte an: Mit etwas von aussen kann ich etwas über mich herstellen, bestätigen oder verbessern.

Und vom "Besten Ich" kommen wir leicht zur Selbstoptimierung. Auch diese ist allgegenwärtig in unserem Alltagsleben. Ich wurde vom Kloster Kappel angefragt, eine Morgenmeditation zu leiten und zwar für eine Seminargruppe aus der Finanzbranche. Die zuständige Person gab mir mit: "Sprechen Sie auch über den Nutzen der Meditation".

Ich bin hier → Meditation ist dort → Meditation soll mir etwas liefern.

Wir neigen leicht dazu uns selber in den Mittelpunkt zu stellen und die Welt um uns herum. Das ständige Bestreben ist es dann, die äusseren Dinge zu ordnen - näher heranholen oder weiter nach aussen.

Nicht draussen suchen

Huangpo sagt nun, dass wir die Buddhaschaft verlieren, wenn wir an den Formen festhalten.

„Der Eine Geist allein ist Buddha, und es gibt keinen Unterschied zwischen Buddha und den Lebewesen, nur dass diese an Formen festhalten und im Aussen die Buddhaschaft suchen. Durch eben dieses Suchen aber verlieren sie sie.“ Wichtig dabei ist das Festhalten und nicht die Form.

Und Huineng betont in einem anderen Zitat, dass wir weder im Inneren noch im Äusseren verweilen sollen.

„Man sollte weder im Innern noch im Äusseren verweilen. Das eigene Kommen und Gehen sollte unabhängig sein.“

Innen und aussen sind Gegensatzpaare und gehören zu unserer üblichen Sichtweise. Wenn ich nun höre „Nicht im Aussen“ suchen, dann könnte ich sagen „Na gut. Dann eben im Inneren“.

Und damit tauschen wir lediglich die Positionen.

Frage: „Wenn ich Zazen praktiziere und dabei die äusseren Umstände aussen vor lasse, ist dies dann nicht gerade eine Bewegung hin zum Inneren?“

Es gibt sicherlich Formen der Meditation, die das Innere zur Bühne machen. Auch das Innere kann wieder zur Form werden, an der festgehalten wird.

Dogen sagt in seinem Aufsatz: "Zazengi: Unterweisung im Zazen":

Halte Körper und Geist ruhig — lege alle mentalen Aktivitäten ab. Vergiss die Zeit und die Umstände, hafte

nicht an guten oder schlechten Gedanken.

Wenn wir dies befolgen, haben wir gute Voraussetzungen uns vom Festhalten lösen zu können. Warum?

Dies ist der erhabene Weg des Zazen. Zazen ist nicht das Mittel zur Erleuchtung; Zazen selbst ist das vollendete Handeln Buddhas. Zazen ist reine, natürliche Erleuchtung.

Wir sitzen also nicht , um etwas zu erreichen, sondern wir sitzen, da dies bereits die Erleuchtung ist.

Unwirklichkeit von Objekt und Subjekt

Im Lankavatara Sutra gibt es eine schöne Stelle, die die Sichtweise (Subjekt - Objekt) in einem anderen Licht betrachtet: der Unwirklichkeit. Zunächst das Zitat:

„Mahāmati, nicht von mir ist die Lehre von der ursachenlosen Verursachung, die einer Verkettung von Ursachen und Bedingungen folgt. <Wenn es so ist, ist es so>, wurde von mir gesagt aufgrund meines Erkennens, *dass die sichtbare Welt nichts als der eigene Geist und die Unwirklichkeit von Objekt und Subjekt ist.* Diejenigen, die den Begriffen von Objekt und Subjekt anhängen, verstehen nicht, dass die Welt nur der Geist selbst ist, und bei ihnen besteht der Fehler, die äußere Welt als real mit Sein und Nichtsein gleichzusetzen: Sie folgen nicht meiner Lehre von dem Entstehen in Abhängigkeit.“

Die sichtbare Welt ist danach nichts als der eigene Geist und die Unwirklichkeit von Objekt und Subjekt. Im Zitat wird die Lehre vom Entstehen in Abhängigkeit angesprochen.

Dazu möchte ich mit euch ein kleines Fallbeispiel besprechen.

Wir befinden uns in einer Scheune aus Holz. Im Inneren sind Strohballen gelagert und auf dem Boden liegt Stroh verteilt herum. An einem Stapel mit Strohballen ist ein Brett angelehnt - es ist eine schiefe Ebene. Am Ende des Brettes steht eine brennende Kerze. Eine Holzkugel mit einem Kern aus Eisen rollt jetzt das Brett hinunter.

Vereinfacht betrachtet haben wir es mit drei Körpern zu tun: einer schiefen Ebene, einer Kugel und einer Kerze am Ende der Ebene. Die Kugel rollt nach den Gesetzen der Schwerkraft nach unten und wird mit hoher Wahrscheinlichkeit die Kerze umstossen. Zu erwarten ist auch, dass das umliegende Stroh Feuer fängt und in Folge, dass sich das Feuer ausbreitet.

Soviel zum Modell. Jetzt wenden wir uns dem "Entstehen in Abhängigkeit" zu. Und jetzt müssen wir wesentlich mehr mit ins Spiel bringen. Fangen wir mal an:

- Damit die Kugel die Kerze treffen kann, muss das Brett gut ausgerichtet sein. Hat es eine Neigung zur Seite, kann die Kugel seitlich herunterfallen.
- Für das Brennen der Kerze benötigen wir Sauerstoff.
- Damit sich das Stroh entzünden kann, darf es nicht nass sein, sondern trocken.
- Wir brauchen ein Feuerzeug oder Streichhölzer, damit wir die Kerze anzünden können.
- Der Docht der Kerze muss intakt sein. Falls er zu kurz ist, gelingt es uns nicht, die Kerze anzuzünden.
- Die Kerze besteht aus Bienenwachs. Dazu benötigen wir einen Bienenstock, einen Imker und die Fähigkeiten, Wachs zu gewinnen. Na ja: und die Bienen benötigen eine intakte Natur mit Blumen und Blüten.
- Kommen wir zur Kugel und dem Brett: ein Baum musste her. Dieser musste gepflanzt werden und unter guten Bedingungen wachsen können. Einen Waldarbeiter mit Säge, um den Baum zu fällen. Und einen Schreiner, der uns das Brett baut und die Holzkugel. Werkzeugmacher.
- Ihr könnt jetzt sagen, wann ich aufhören soll.
- Ok. Ich höre jetzt auf.

Thich Nhat Hanh sagte einmal zu diesem Phänomen sinngemäss: "die ganze Welt muss zusammenkommen, damit dieses Eine sein kann."

Wir benötigen jetzt den Bogen hin zur Unwirklichkeit von Subjekt und Objekt. Dass es die Kugel und die brennende Kerze gibt, ist unbestritten. Wir halluzinieren nicht. Kerze und Kugel sind als Phänomene vorhanden.

Jedoch nicht so, wie wir es von unserer üblichen Sicht her betrachten. In dieser Betrachtungsweise erscheinen Kugel und Kerze, als würden sie für sich stehen. Die Abhängigkeiten sind nicht sichtbar. Und dennoch sind die Abhängigkeiten wirksam.

Wir haben uns mit der Abhängigkeit der Objekte beschäftigt. Jetzt betrachten wir das Subjekt. Von ihm heisst es ebenfalls, dass auch das Subjekt unwirklich ist.

Wir haben gesehen, dass die Kugel nicht für sich alleine steht. Wie sieht es dann mit dem Beobachter aus? Steht er für sich alleine?

Das Entstehen in Abhängigkeit lässt den Beobachter nicht aussen vor. Nehmen wir an ich wäre der Beobachter in der Scheune. Die Abhängigkeit meines Entstehens von meinen Eltern, Lehrern oder Freunden ist offensichtlich und nimmt keine Sonderstellung ein. Auch ich stehe nicht für mich allein.

Und dennoch sagt mir meine übliche Wahrnehmung: "Du stehst im Zentrum und die Welt kreist um dich herum".

Das Subjekt nimmt die Situation in der Scheune wahr. Es erkennt die Kugel, die brennende Kerze und die Gefahr, die sich anbahnt. Vielleicht kann es geistesgegenwärtig eingreifen und die Kugel aufhalten oder die Kerze anheben.

Und vielleicht geschieht dies ohne viel Nachdenken. Gefahr und direktes Handeln.

Ein kleines Kind fällt in den Fluss, hilflos und nicht in der Lage damit umzugehen. Ich springe ins Wasser, greife das Kind und ziehe es ans Ufer.

Nicht als Rezept, sondern als Beispiel unmittelbaren Handelns.

Eine Schlüsselfrage dazu:

Was geschieht im unmittelbaren Handeln, bevor "ich hier" und das "dort" festgeschrieben werden?

Ich hier - die Welt dort.

- die Welt ist kein Warenlager für mein Ich.
- nicht draussen suchen, aber auch nicht drinnen einen neuen Fixpunkt aufbauen.
- Die Dinge stehen nicht für sich allein.
- Auch ich stehe nicht für mich.
- Und die Grenzlinie zwischen "ich hier" und "die Welt dort" ist weniger fest, als sie zunächst erscheint.

Ein Geist der nirgendwo verweilt.