

Meister Sokei-an

Man sieht nur in der Stille klar

Das Wesen des Zen-Buddhismus

In derselben Reihe erhältliche Titel:

Form ist LEERE ist Form

Das Herz-Sutra

ISBN 978-3-9524409-6-4

Form is EMPTINESS is Form

The Heart Sutra

ISBN 978-3-9524409-2-6

Sokei-ans Weisheit

Zitate aus diversen Zen-Vorträgen

ISBN 978-3-9524409-5-7

Das andere Ufer ist hier

Sokei-ans Erläuterungen zum Sutra des Sechsten Patriarchen

ISBN 978-3-9521915-8-2

Wie der Schmetterling aus der Raupe

Zen als innerer Wandlungsprozess

ISBN 978-3-9521915-5-2

Als Zen noch nicht Zen war

Worte und Taten der alten Meditationsmeister

ISBN 978-3-9521915-3-8

.....

© Zentrum für Zen-Buddhismus Zürich, Schweiz - 2005

Alle Rechte vorbehalten.

Copyright der Originaltexte (Englisch): First Zen Institute
of America, NY

Überarbeitete Neuauflage 2017

ISBN 978-3-9524409-3-3

Umschlagbild: Die abgebildete Holzfigur
ist ein Handwerk von Sokei-an



*Viele stellen sich unter Buddha jemanden vor, der
dauernd meditiert,
aber es ist in Wirklichkeit jemand,
der zu seiner eigenen Weisheit erwacht ist.*
-Sokei-an

Gewidmet in grosser Dankbarkeit
alle jenen Lebewesen,
die ihre Buddha-Weisheit
im alltäglichen Dasein manifestieren
und uns teilhaben lassen daran.

Meister Sokei-an
Man sieht nur in der Stille klar

Das Wesen des Zen-Buddhismus

Übersetzt und zusammengestellt von
AGETSU WYDLER HADUCH



Der Springende Punkt
Eine kleine Zen-Bibliothek

Liebe Leser und Leserinnen,

Sie haben soeben dieses kleine Buch in die Hand genommen und aufgeschlagen. Wenn Sie zu denjenigen Menschen gehören, die sich ernsthafte Fragen stellen zum Sinn ihres Lebens und sich nicht zufrieden geben können mit kurzlebigen Befriedigungen von dauernd wechselnden Bedürfnissen und den Ablenkungen, die von vielen Seiten angeboten werden, dann ist dies vielleicht ein Glückstag für Sie. Dieses Buch bietet zwar keine fertigen Antworten, aber es offeriert eine Sichtweise, die das menschliche Leben mit all seinen Freuden und Leiden aus der Perspektive der universalen Weisheit beleuchtet. Diese Weisheit wird von alters her mit «Gott», «Buddha» oder der «Grossen Natur» assoziiert. Doch sie hat keinen Namen; sie «gehört» niemandem und ist weder an einen Ort noch an eine Zeitepoche gebunden.

Es war die Zeit der grossen Wirtschaftskrise – der zweite Weltkrieg schickte seine drohenden Schatten voraus – als in New York ein japanischer Zen-Meister namens Sokei-an in einer kleinen Wohnung damit begann, das Wesen und die Praxis des Zen-Buddhismus in Wort und Tat bekannt zu machen. Zuvor hatte sich noch nie ein Zen-Meister in der westlichen Welt niedergelassen; nie zuvor wurden die einschlägigen Texte des Zen-Buddhismus in die englische Sprache übersetzt und in dieser Sprache erklärt. Und nie zuvor hatten Frauen und Männer der westlichen Welt die Gelegenheit gehabt, Unterweisung in der direkten Begegnung mit einem authentischen Zen-Meister zu empfangen, ohne lange Reisen in den Fernen Osten zu unternehmen oder in ein traditionelles Zen-Kloster einzutreten.

Das vorliegende Buch enthält eine Auswahl von Vorträgen, in denen Sokei-an das tiefgründige Gedankengut des Zen-

Buddhismus in seiner zeitlosen Aktualität darlegte. Es gibt wohl kaum einen Aspekt von Buddhas Lehre, der nicht in dem einen oder anderen Vortrag angesprochen wurde. Neben Erklärungen der gängigen Begriffe und Konzepte des Buddhismus finden sich auch viele Hinweise und Schlüssel zur Praxis im eigenen Alltag.

Die vorliegende Ausgabe von *Man sieht nur in der Stille klar* ist eine leicht überarbeitete Neuauflage des 2005 erstmals erschienenen Buches mit demselben Titel.

*

Ein grosses Dankeschön gebührt meinem Ehemann und Partner Robert Yozan Wydler Haduch. Seit mehr als 25 Jahren unterstützt und fördert er die deutschsprachigen Publikationen von Sokei-ans Texten im Rahmen unserer Schriftenreihe *Der Springende Punkt*. Die Gestaltung der Einbände ist sein Werk.

Wie kann ich all den Menschen danken, die mir, wie Meister Sokei-an, mein Lehrer H. Platov, der ein Schüler von Sokei-an war, und viele mehr, durch Wort und Tat halfen, das wahre Wesen des Zen zu erfahren? H. Platov beantwortete eine ähnliche Frage einst so: *Wahrhaftiger Dank zeigt sich im Tun*.

Somit widme ich das Buch *Man sieht nur in der Stille klar* in grosser Dankbarkeit all jenen Lebewesen, die uns die Türe zum Schatz des Zen-Buddhismus geöffnet haben, und übergebe es all jenen Menschen, die Unterweisung und Inspiration aus einer authentischen Quelle zu empfangen wünschen.

Agetsu Wydler Haduch
Zürich, November 2017

INHALT

Einleitung	10
Wer war Sokei-an?	13
<i>Zen-Vorträge:</i>	
1. Liebe und Weisheit	21
2. Gedankenhäuser	27
3. Der wirkliche Buddha	32
4. Die Buddha-Natur	35
5. Was ist Zen?	40
6. Wirklichkeit – Weisheit – Erleuchtung	46
7. Bewusstsein	53
8. Die Kraft des intuitiven Wissens	57
9. Selbstvertrauen	60
10. Sicht in das eigene Urwesen	65
11. Der leere Geist	69
12. Die Religion der Stille	73
13. Nicht-Denken	78
14. Meditation	85
15. Nirvana	92
16. Richtige Sicht	97
17. Samadhi	103
18. Ohne Absicht, ohne Zweck	110
19. Wer meditiert?	118
20. Kōan	126
21. Leben und Tod	133
22. Mut zum Zweifel	141
23. Die drei Aspekte des Seins	144
24. Glaube	153
25. Fazit	156
Anmerkungen	158



Einleitung

Was Meister Sokei-an in seinen Zen-Vorträgen sagte, war nichts Neues, – es wurde und wird seit Tausenden von Jahren gesagt. Aber wann, wo und wie er es sagte, war neu. Als er in der ersten Hälfte des zwanzigsten Jahrhunderts als Pionier in der westlichen Welt wirkte, sah er davon ab, Zen in der traditionellen japanischen Form zu übermitteln. Er wollte kein Glaubenssystem, keine Religion, keinen «Weg» einführen; ihm lag einzig und allein daran, das Herz der unfassbaren, allumfassenden Wirklichkeit freizulegen, das er selbst durch die Zen-Praxis gefunden und erfahren hatte. Entsprechend sprach und handelte er frei und spontan aus seinem eigenen Herzen heraus. Dasselbe verlangte er auch von seinen Schülern und Schülerinnen.

Er sagte, jeder Mensch sei im Besitz eines Diamanten. Man müsse diesen aber zuerst entdecken, von allen Ablagerungen befreien und Facette um Facette polieren, bis er seine vollständige Leuchtkraft manifestiere. Der rohe, ungeschliffene Diamant sei der fundamentale Geist, den jeder Mensch quasi als geistiges Startkapital in die Wiege mitbekomme. Wie man diese Gabe nutzt, ist jedem selbst überlassen; Sokei-an offerierte keine Formeln, keine Rituale, kein Lehrsystem.

Sokei-an verstand es, das Wesentliche in seiner buddhistischen Kleidung zu zeigen und gleichzeitig diese Kleidung vor den Augen seiner Zuhörerschaft zu entfernen und die Essenz freizulegen. Er entfernte aber nicht nur die buddhistischen, sondern auch alle kulturellen, historischen, gesell-

schaftspolitischen, religiösen und persönlichen Hüllen. Am Ende entfernte er auch alle Ideen und Vorstellungen von Zen. Er sprach mit der unerschütterlichen Absicht und Verpflichtung eines Zen-Meisters, die Menschen, die ihn danach fragten, zum klaren, fundamentalen Bewusstsein zu führen, das in Herz, Verstand und Geist *aller* Menschen wirksam ist. Denn das, was der Buddha entdeckt und manifestiert hatte, ist universal, zeitlos und allen Menschen zugänglich, egal wo und wann sie leben in dieser oder einer anderen Welt.

Es ist das grosse Verdienst von Sokei-ans Schülern Henry Platov und Mary Farkas, dass uns dieser Schatz erhalten blieb. Beide haben sich mit grossem Einsatz und viel Kreativität dem Schutz und der Übermittlung von Sokei-ans geistigem Erbe gewidmet – Mary Farkas durch die Weiterführung des *First Zen Institute of America* und die Veröffentlichung der Lektionen von Sokei-an; Henry Platov durch sein Wirken als Zen-Lehrer in Kalifornien und in der Schweiz.¹

Sokei-an hatte seine Lektionen nie aufgeschrieben und veröffentlicht. Er erlaubte jedoch ein oder zwei Schülern, in der hintersten Sitzreihe diskret mitzuschreiben. Die Niederschriften wurden nach seinem Tod von Mary Farkas gesammelt, redigiert und in der Monatszeitschrift *Zen Notes* nach und nach publiziert. Die deutsche Übersetzung beruht auf diesen Originaltexten.²

Obgleich das lebendige Wesen des Zen nicht durch Worte, sondern nur durch Erfahrung und Praxis erfasst werden kann, war Sokei-an überzeugt, dass es einer gewissen Kenntnis des Zen-Buddhismus bedarf, damit dieses Potential geweckt und fruchtbar werden kann. Andernfalls können viele Missverständnisse und falsche Erwartungen entstehen. Beispiele dafür sind zahlreich. Die ideelle

Grundlage der Zen-Schule wurzelt im indischen Buddhismus und im chinesischen Taoismus, die wahre Grundlage aber ist das universale Bewusstsein, das allen Lebewesen gemeinsam ist. Dies hatte der Buddha erkannt, erfahren und so erklärt, dass es von allen Menschen, deren Herz und Geist reif sind dafür, ebenfalls erfahren werden kann.

Struktur der Kapitel:

Die einzelnen Kapitel des Buches sind folgendermassen strukturiert: Zuerst wird das Kernthema eines Vortrages in *Schrägschrift* vorgestellt. Dann folgt die Erläuterung dazu. Den Abschluss bilden passende Zitate aus dem ganzen Vortragsschatz von Sokei-an. Die Kapitel entwickeln sich nicht chronologisch eines aus dem anderen, sondern greifen vielfältig ineinander über. Hinter dieser Struktur steht der Wunsch, das Buch als eine Art Manual zu präsentieren, das man jederzeit von allen Seiten her konsultieren kann. Die Zitate können als Einstieg in die eigene Meditation benutzt werden, indem man sie einzeln «betrachtet», «durchdenkt» und «kontempliert». So wie man eine nahrhafte Speise sorgfältig kaut, um ihre wertvollen Stoffe freizulegen und verdaulich zu machen, so offenbart sich der nahrhafte Gehalt der Zitate durch meditative Beschäftigung damit.

*

Bevor wir uns diesen Vorträgen zuwenden, soll auf eine Frage eingegangen werden, die sich beim Lesen all der einleitenden Worte vermutlich ergeben hat: Wer war der Mann namens Sokei-an?



Wer war Sokei-an?

Sein bürgerlicher Name lautete Yeita Sasaki. Er wurde am 15. Februar 1882 in Tokio geboren. Sein Vater Tsunamichi Sasaki war Shinto-Priester³ und Sprachwissenschaftler. Da seine Frau Kitako kinderlos blieb, nahm er sich, wie es der damaligen Gepflogenheit in Japan entsprach, eine junge Konkubine namens Chiyo, welche den gewünschten Sohn gebar. Für zwei Jahre begab sich Kitako ausser Haus, während Chiyo sich um das Kind kümmerte. Danach kehrte die Ehefrau zurück und übernahm die Erziehung ihres Stiefsohnes. Chiyo bekam eine Abfindung, verheiratete sich und wurde eine bekannte Sängerin und Tänzerin. Obwohl seine Stiefmutter gut für ihn sorgte, machte der Verlust seiner leiblichen Mutter Yeita lange Zeit zu schaffen. Offensichtlich hatte er von ihr ein sehr feinfühliges und künstlerisches Talent mit auf den Weg bekommen, das sich später auf mannigfache Weise entfaltete.

Yeita war fünfzehn Jahre alt, als sein Vater starb. Er begann eine Lehre bei einem Holzschnitzer, mit dem er ein Jahr lang von Tempel zu Tempel wanderte, um die Schnitzereien an Altären zu reparieren. Anschliessend arbeitete er eine Zeit lang als Schnitzer in einer Möbelfabrik und begann ein Studium an der staatlichen Kunstakademie in Tokio. Seine Schwerpunkte lagen in der Malerei und Bildhauerei. Die bildende Kunst bedeutete ihm sehr viel, er gab sich dem Studium mit Leib und Seele hin. Gleichzeitig trieb ihn sein unruhiges Gemüt an, nach Sinn und Zweck des Daseins zu suchen, mit Fragen, die er durch die intensive Beschäftigung mit westlicher Philosophie zu beantworten suchte.

In die Zeit des Studiums fiel auch ein Wiedersehen mit seiner leiblichen Mutter, in dessen Folge er in die Welt der traditionellen Theater- und Musikkünste Japans eingeführt wurde. Er fühlte sich sehr zu Hause in diesen Kreisen und erwog angeblich, selbst dort Fuss zu fassen. Doch sein suchender Geist trieb ihn weiter. Er glaubte, ein «ehrliches, reales Leben sei nur möglich, wenn er eine echte geistige Grundlage habe». Und so wandte er sich im Alter von neunzehn Jahren dem Zen zu und begann seine Schulung bei Zen-Meister Tetsuo Sōkatsu am Zen-Institut für Laien in Tokio. Anlässlich des Eintrittes in die Sangha für Laien erhielt er den Namen Shigetsu.

Meister Sōkatsu (1870-1954) war Schüler und Dharmaerbe von Zen-Meister Soyen Shaku⁴. Dieser betraute Sōkatsu mit der Aufgabe, die Praxis der Rinzai-Zen-Schule, die in Japan seit langer Zeit nur noch in Klöstern von Mönchen gepflegt wurde, wieder für Männer und Frauen ausserhalb der Tempel zugänglich zu machen. Soyen Shaku seinerseits war von seinem Lehrer Imakita Kosen (1812-1892) zu dieser Aufgabe inspiriert worden.

Dieser kurze Ausflug in die Geschichte des japanischen Rinzai-Zen erklärt vielleicht die grosse Hingabe, mit der Sokei-an später Zen an Menschen weitergab, die nicht als Mönche und Nonnen in Abgeschiedenheit lebten, sondern mitten im oft hektischen Leben von New York, eingebettet in Beruf und Familie.

1905 schloss Sokei-an das Kunststudium ab und wurde unverzüglich in die Armee eingezogen und in den Japanisch-Chinesischen Krieg in die Mandchurei geschickt. Zum Glück endete der Krieg nach zwei Monaten. Trotzdem hinterliessen die Erfahrungen an der Front als Fahrer eines mit Dynamit beladenen Vehikels tiefe Spuren in Sokei-ans Gemüt. Noch Jahre später sprach er davon, wie «sein Zen

damals einer ersten Feuerprobe unterzogen wurde», als er sich «mehrmals dem Tode nahe sah».

1906 reiste Sōkatsu zusammen mit dreizehn jungen Menschen nach Amerika in der Absicht, dort ein Zen-Zentrum zu eröffnen. Die Teilnahme an dieser Expedition wurde der Grundstein zu dem, was Sokei-an später als seine Berufung bezeichnete, nämlich: «Die Lotusblume des Zen so lange auf dem Felsen von Manhattan festzuhalten, bis sie Wurzeln schlägt.» Doch vorerst war es noch lange nicht so weit.

Kurz vor der Abreise in die USA heiratete er die gebildete Tochter einer Industriellenfamilie namens Tomeko. Auch sie war eine ernsthafte Zen-Schülerin und gehörte zur geplanten Reisegruppe. Das Gruppenexperiment in Amerika scheiterte und 1908 kehrten alle Beteiligten ausser Sokei-an und Tomeko nach Japan zurück. Danach gestaltete sich das Zusammenleben der Eheleute unterschiedlich, mal lebten sie zusammen – Tomeko gebar einen Jungen und ein Mädchen –, mal waren sie getrennt, weil Sokei-an im Sommer jeweils, teils freiwillig, teils aus Gründen der Geldbeschaffung, auf langen Wanderungen durch die Staaten der Westküste zog. Schliesslich siegte Tomekos Heimweh und sie beschloss, ihr drittes Kind in ihrer Heimat zu gebären. Danach sah Sokei-an lange Zeit «hinter jedem Busch seine Kinder» und hielt ihre Abwesenheit fast nicht aus. Doch für ihn gab es keinen Weg zurück. Amerika war zu seiner Bestimmung geworden. Und dies trotz der grossen Diskriminierung, welcher die japanischen Immigranten in den USA damals ausgesetzt waren. Der Kontakt zu den Kindern blieb jedoch bis an sein Lebensende erhalten.

Sokei-an kehrte nur zwei Mal nach Japan zurück. Die Aufenthalte dauerten mehrere Monate und dienten ausschliesslich dem Zweck, sein formelle Zen-Schulung in der

direkten Begegnung mit Meister Sōkatsu zu vertiefen und zu vollenden. 1928 empfing er von Sōkatsu die Ordination zum buddhistischen Priester und die endgültige Anerkennung als Zen-Meister. Der Name Sokei-an, der ihm bei dieser Gelegenheit verliehen wurde, weist auf seine tiefe geistige Beziehung zum chinesischen Zen-Meister Hui-neng hin, der als der Sechste Patriarch in die Geschichte des Zen-Buddhismus eingegangen ist. Hui-neng lebte im siebten Jahrhundert im Tal namens Sokei und gilt als das Paradebeispiel für einen Menschen, der ohne formelle Schulung die «vollkommene, plötzliche Erleuchtung» erfahren hatte und diese Erfahrung zum Drehpunkt seiner Lehrtätigkeit machte. Deshalb gilt Hui-neng als einer der Vorväter des Zen.

Nach seiner endgültigen Rückkehr in die USA, Sokei-an hatte sich inzwischen an der Ostküste niedergelassen, fuhr er noch einige Jahre mit seinem gewohnten Leben fort. Er wanderte viel durch die Landschaften und die Strassen von New York, verdiente sein Geld hauptsächlich als Verfasser von Artikeln, Satiren und Reportagen für japanische Zeitschriften oder mit Gelegenheitsaufträgen als Holzschnitzer. So nutzte er sein grosses künstlerisches Talent sowohl in der plastischen Kunst als auch im sprachlichen Bereich. Wer ihn damals kannte, beschrieb ihn als Bohemien mit grosser schöpferischer Energie, der den in ihm wachsenden Zen-Meister gut zu verbergen wusste. Erst 1930 öffnete er seine kleine Wohnung an der West 70th Street für die Öffentlichkeit und begann Zen-Vorträge zu geben. Seine damals gegründete *Buddhist Society of America*, wurde 1944 in *The First Zen Institute of America, New York* umbenannt.

Was man zu jener Zeit in Amerika vom Buddhismus wusste, betraf hauptsächlich die Schulen des Urbuddhismus bzw. Theravada. Deshalb übersetzte Sokei-an viele Texte des Zen-Buddhismus selbst aus dem Chinesischen ins

Englische. Es war ihm ein grosses Anliegen, seinen Schülern und Schülerinnen eine fundierte Grundlage für die Zen-Praxis zu bieten, in der Hoffnung, dadurch falschen, auf Vorurteilen und Fehlinformationen beruhenden Interpretationen entgegenzuwirken. Die Teilnahme an seinen Vorträgen, die zwei Mal wöchentlich stattfanden, war für seine Schüler obligatorisch. Wer dies mindestens ein Jahr lang getan und eine stabile Meditationspraxis entwickelt hatte, wurde zum Kōan-Studium zugelassen.⁵ In Bezug auf Kōan-Arbeit war Sokei-an sehr strikt und traditionell, d.h. es gab keine Erklärungen, keine Kompromisse und keine persönlichen Rücksichten. Jeder Schüler und jede Schülerin musste, wie es der Rinzai-Zen-Tradition entspricht, ohne Erklärungen mit dieser schwierigen Aufgabe zurechtkommen. Sokei-ans Motto lautete: «Erkenne die wahre Essenz deiner Existenz. Wie du dies tust, ist dir selbst überlassen, denn das Wissen ist in dir.»

Im Übrigen hielt er sich nur wenig an die überlieferten Formen. Es gab keine formelle Sitzmeditation (Zazen). Die Vorträge wurden jeweils mit einer Schweigemeditation eingeleitet und beendet. Da seine Wohnung sehr klein war, sass man nicht auf Sitzkissen auf dem Boden, sondern dichtgedrängt auf Stühlen. Sokei-an war offenbar ein hervorragender Geschichtenerzähler, der es verstand, seine Darlegungen auch schauspielerisch zu untermalen. Mehreren Zeugen zufolge gab es während der Zusammenkünfte immer viel zu lachen.

Gleich im Anschluss an den Vortrag begaben sich die langjährigen Schüler und Schülerinnen ins Nebenzimmer zum Sanzen⁶ für die persönliche Unterweisung. Doch wehe, wenn man auf Fragen Sokei-ans dessen Worte aus einem Vortrag wiederholte, anstatt das eigene Verstehen im gegenwärtigen Hier und Jetzt zu zeigen. Sokei-an pflegte dann seine eigenen Worte als «stinkende Philosophie» zu

bezeichnen und verbat es sich, «damit im Sanzenzimmer behelligt» zu werden.

Im Vergleich zu Japan, wo Zen-Meister und Roshis hoch angesehene Persönlichkeiten sind und oft mit viel Pomp verehrt werden, lebte Sokei-an praktisch inkognito. Er lehnte alles Zur-Schau-Stellen und sämtliche Würden ab, lebte wenig bekannt und auf sich allein gestellt mit sehr bescheidenen Mitteln. Da seine Schüler auf einem formellen Titel bestanden, willigte er ein, sich von ihnen mit Osho anreden zu lassen. Dies kommt in etwa der Anrede «Herr Pfarrer» gleich und ist die in Japan übliche Bezeichnung für einen Tempelpriester. Er erachtete und pflegte seine bescheidene Wohnung als seinen Tempel.

Mitten im Zweiten Weltkrieg holte ihn die Weltpolitik noch einmal ein. Nach der Bombardierung von Pearl Harbor durch die japanische Armee (Dez.1941) wurde er, wie alle seine in Amerika lebenden Landsleute, als potentieller Feind betrachtet und interniert. Von Juni 1942 bis August 1943 lebte er in zwei verschiedenen Lagern, bis es seinen Schülern endlich gelang, ihn durch die Intervention an höchster Stelle frei zu bekommen.

Der Lageraufenthalt hatte seiner Gesundheit ernsthaft geschadet. Bald nach seiner Freilassung erlitt er einen leichten Herzinfarkt und vermutlich, damit verbunden, einen schwachen Schlaganfall. Er erholte sich soweit, dass es ihm möglich war, das Bett zu verlassen. Er blieb jedoch wochenlang in seiner Wohnung. Dort empfing er die Schülerschaft täglich zum Sanzen und arbeitete weiter an den Übersetzungen von Zen-Texten, darunter die *Aufzeichnungen von Meister Rinzai*.⁷

Um seinen Aufenthalt in New York zu sichern, löste er seine noch immer bestehende Ehe mit Tomeko auf und

heiratete im Juli 1944 seine langjährige Schülerin Ruth Fuller. Ruth Fuller Sasaki besass selbst auch tiefe Einsicht in das Wesen von Zen und wurde später eine hochangesehene Zen-Meisterin in Japan.⁸

Am 12. Mai 1945 diagnostizierte der Arzt eine akute Nierenblutung. Sokei-an hielt seinen letzten Zen-Vortrag und das letzte Sanzen. Am 16. Mai starb er in Anwesenheit einiger Schüler bei vollem Bewusstsein. Gemäss einem Augenzeugenbericht lauteten seine letzten Worte: «Jetzt sterbe ich, um für immer zu leben.»

*

Wenden wir uns nun dem reichhaltigen Erbe zu, das uns dieser Mensch in seiner Funktion als buddhistischer Mönch und Zen-Meister hinterlassen hat; lasst uns dem Widerhall seiner Worte lesend lauschen.

Zen-Vorträge

Liebe und Weisheit

Wir leben in einem Zeitalter, in dem man die Zivilisationen von West und Ost beide kennen lernen und verstehen sollte, obwohl sie sich stark voneinander unterscheiden. Die Menschen des Westens sollten etwas vom Buddhismus verstehen, und die Menschen des Ostens etwas vom Christentum. Man sollte das Studium von Religionen jedoch nicht mit der voreingenommenen Haltung eines «östlich» bzw. «westlich» eingestellten Menschen betreiben, sondern mit der Geisteshaltung eines Weltbürgers, eines universalen Wesens.

Seit sechszwanzig Jahren lebe ich, von einigen Unterbrüchen abgesehen, hier in Amerika. Als ich zum ersten Mal kam, war ich vierundzwanzig Jahre alt. Während all dieser Jahre beobachtete ich das Herz und das Leben der Menschen um mich herum. Ich studierte die griechischen Denker und den Urbuddhismus, verglich östliche und westliche Philosophie und lernte viele Vertreter der christlichen Religion kennen. Doch es war mir lange nicht möglich, die Religionen von Ost und West zu vereinen. Dann endlich fand ich den Schlüssel, der mir das Tor zu beiden öffnete. Er trägt die zwei Namen «Liebe» und «Weisheit».

Ein altes Sprichwort besagt, dass man die Jade eines bestimmten Berges nur mit der Jade eines anderen Berges polieren kann. In der Tat kann Jade nur mit Jade poliert werden, doch niemals mit der Jade desselben Berges, es muss die Jade eines anderen Berges sein. Buddhismus und Christentum sind wie zwei wertvolle Edelsteine, die sich

gegenseitig ergänzen und zum Glänzen bringen. Auf Grund meiner 30-jährigen Erfahrung und Beobachtung bin ich überzeugt, dass die westlichen Menschen, die sich mit dem Buddhismus befassen, sich gleichzeitig den Werten des Christentums öffnen sollten, und den Buddhisten könnte das Studium des Christentums die Augen für die wahre Tiefe ihrer eigenen Religion öffnen.

Ich versuche nicht, Christen zum Buddhismus zu bekehren, aber ich hoffe, dass die Jade des Buddhismus mehr und mehr dazu benutzt wird, die Jade des Christentums zu polieren. Als Zen-Lehrer ist es mein Beruf, Menschen mit der Methode des Zen-Buddhismus zur lebendigen Erfahrung ihres eigenen ursprünglichen Wesens zu führen.

Es gibt viele Arten von Zen-Lehrern. Manche lehren Zen durch philosophische Vorträge, andere durch Meditationsmethoden und wieder andere durch die Übertragung von Seele zu Seele.⁹ Meine Art des Lehrens ist die direkte Übertragung von Seele zu Seele. Diese Form geht auf Shakyamuni Buddha zurück, der das Dharma¹⁰ im direkten Kontakt mit seine Schülern vermittelte. Ich erlangte etwas Klarsicht, indem ich meinem Lehrer folgte. Mit dieser Erfahrung als Hintergrund denke ich in meinem täglichen Leben viel über das Dharma nach, um aus dieser Quelle zu leben und meine Entscheidungen zu treffen. In meinen Vorträgen spreche ich deshalb nicht nur über meine Zen-Erfahrung, sondern auch über dieses Denken.

Buddhismus ist diejenige Religion, die von Shakyamuni Buddha gelebt und gelehrt wurde. Buddhas Manifestation seiner eigenen erleuchteten Sicht war weder mythologisch noch symbolisch, sondern direkt und intuitiv. Wenn ihr euch mit der Lehre Buddhas befasst, werdet ihr schnell erkennen, dass sie weder naturwissenschaftlichen noch metaphysischen Weltanschauungen widerspricht. Sie kann

sowohl in der Sprache der modernen Naturwissenschaften als auch der modernen Philosophie dargelegt werden.

Die vorbuddhistische Religion der Inder und auch der frühe Hinayana-Buddhismus verfolgten das Ziel, alles Interesse am weltlichen Leben aufzugeben, um in das Absolute einzutreten. Das menschliche Leben galt als elend und man versuchte, sich ganz daraus zurückzuziehen. Zwischenmenschliche Liebe war kein Gegenstand dieser Lehren. Das entsprach natürlich nicht der Absicht von Shakyamuni Buddha. Denn am Beispiel vieler überlieferter Geschichten kann man sehen, wie liebevoll und freundlich dieser war und welch hohen Stellenwert er Empathie und Mitleid einräumte. Aber seine späteren Anhänger, an Vorderfront die Mönche, betonten den Zustand des absoluten Erlöschen (Nirvana) so stark, dass sie die Mitmenschen und die Liebe darob vergassen. Im später entwickelten Mahayana-Buddhismus wurde diese Einseitigkeit ein wenig korrigiert. Gemäss dieser Schulrichtung sind Mahāmaitri (grosse Güte) und Mahāprajñā (grosse Weisheit) die zwei Haupttugenden auf dem Weg, der zur höchsten Erkenntnis und der vollständigen Befreiung führt. Doch ich denke, es war Jesus Christus, der die Nächstenliebe in ihrer höchsten Vollendung zum Ausdruck brachte.

Nachdem ich nun so viele Jahre in der westlichen Hemisphäre gelebt habe, bin ich überzeugt, dass dieser christliche Wesenszug noch immer in euren Adern und in eurem Gesellschaftsleben lebendig ist, auch wenn die Kirchenvertreter ihn möglicherweise vergessen haben. Selbst wenn die Menschen sich gegenseitig bekämpfen, ist das, was ihr Leben trägt, letztlich Liebe. Liebe ist eine natürliche, universale Kraft. Niemand kann Liebe erfinden, niemand kann sie durch seine eigene Willenskraft fälschen. Universale Liebe ist nicht egoistisch, denn Egoismus kennt keine Liebe.

Egoismus enthält Begehren. Begehren erzeugt menschliche Liebe und menschlichen Hass, aber keine wahre Liebe.

Die Lehre des Buddha betont die universale Weisheit mehr als die universale Liebe. Auch universale Weisheit ist eine natürliche Kraft, niemand kann sie mit Willenskraft erzeugen. Sie ist das Gewahrsein der eigenen Existenz, das Wissen um die eigene Buddha-Natur. Sie ist der Drehpunkt des ganzen Buddhismus. Buddha sagte, das Wichtigste für einen Menschen sei es, seine Kraft der Weisheit zu benutzen, die ihm Nirvana offenbart. Nirvana ist die vollständige Auflösung jeglicher Gedankenaktivität und Ichhaftigkeit im universalen Geist.

Es freut mich, dass ich heutzutage in der Lage bin, diese zwei wunderbaren Lehren des Westens und Ostens zu verstehen. Denn beide haben die gleiche Basis, beide sprechen vom ichlosen universalen Geist. Liebe und Weisheit sind beide Ausdruck des einen Geistes. Ichlosigkeit zerstört die Person nicht, im Gegenteil: Sie ist die Grundlage des Lebens schlechthin. Dasselbe gilt für die Liebe. Weisheit ohne Liebe ist wie ein Schwert, das zerstören, aber nichts schaffen kann. Liebe ohne Weisheit ist wie ein Feuer, das alles verbrennt, ohne Leben zu geben. Liebe, die nicht aus der Ichlosigkeit kommt, ist parteiisch. Nur Liebe, die aus dem Geist von Nicht-Ich kommt, ist reine Liebe.

Lange Zeit habe ich das Geheimnis dieser Gemeinsamkeit nicht entdeckt. Doch mit dem Verstehen, dass «Liebe» und «Weisheit» die eine Essenz von beiden ist, vereinigen sich die Lehren von Christus und Buddha vollständig. Ich fühle, dass meine Mission nach langer Zeit erfüllt ist, weil ich diesen Schlüssel fand.

Diejenigen, die dem menschlichen Denken keinen Wert beimessen, mögen diese Entdeckung für unbedeutend

halten. Wer bloss darauf aus ist, Geld zu verdienen oder sich viel Macht anzueignen, legt wenig Wert auf geistige Belange. Doch wir Menschen sind denkende Wesen, wir leben in Gedanken. Das Denkvermögen ist der einzige Schatz des Menschen. Deshalb freut es mich, dass ich die Gelegenheit habe, euch denkenden Menschen meine Entdeckung bekannt zu machen: Das Leben in Ost und West basiert auf derselben Quelle; ihr nennt sie Liebe, wir nennen sie Weisheit. Beides ist ohne Ich. Die Weisheit, durch die wir sehen, hören, verstehen, und die Liebe, durch die wir uns begegnen und vereinigen, sind die zwei Aspekte der einen Lebenskraft. Beide zusammen geben uns den Mut, um das Leben zu kämpfen und es in seiner ganzen Fülle anzunehmen und zu leben.



Den einzigen Schlüssel zur erlebten Einheit mit dem Universum gibt uns die Quelle von Liebe und Weisheit. Man nennt diesen Schlüssel gewöhnlich «Religion».

In Tokio kannte ich einmal einen Papagei, der alle Leute, die an seinem Käfig vorbeigingen, mit «Hello, hello» begrüßte. Es war offenbar ein amerikanischer Papagei. Ich antwortete: «Hello dear», doch der Papagei verstand nicht. So ist es, wenn gewisse Leute über Religion sprechen.

Wenn das, was überliefert wurde, zur Formel wird, stirbt es.

Menschen, die nur mit dem Mund über Religion reden, kennen ihr eigenes religiöses Wesen nicht; also kleben sie an den verschiedenen Namen und töten sich sogar gegenseitig um dieser Namen willen.

Im Grunde brauchen wir keine religiösen Gebote, denn unsere wahre Natur ist Weisheit und Liebe. Sie will weder töten noch stehlen. Wenn man in Harmonie mit der eigenen Natur lebt, folgt man den Geboten der Religion von selbst.

Jeder Mensch muss die in seinem eigenen Herzen und Geist geschriebenen Gebote finden. Er braucht keine Priester dafür.

Die Menschen sind wie Waisenkinder, die ihr Zuhause nicht kennen, und deshalb danach fragen und suchen.

Natürlich werden auch im Buddhismus Tempel gebaut und Symbole aufgestellt – doch die wahre Religion ist nicht dort, wahre Religion ist eine innere Haltung.

Gedankenhäuser

Wir Menschen können die Welt nicht unabhängig von den Sinnesorganen und dem eigenen Denken wahrnehmen. Die Sinnesorgane liefern nur Abbildungen von der Wirklichkeit, und die Schlüsse, die das Gehirn daraus zieht, sind Gedankenkonstruktionen ohne festen Grund und Boden. Doch man lebt in diesen Konstruktionen wie in Häusern. Dies lässt sich nicht ändern, aber es ist wichtig, dass ihr die Begrenztheit eurer Gedankengebäude kennt und euch nicht darin verliert.

Die objektive Erscheinungswelt und die subjektive Welt des Geistes sind das äussere und das innere Haus unserer Seele¹¹. Wir Menschen sollten uns mit diesen zwei Häusern gründlich bekannt machen.

Das äussere Haus ist die materielle Welt. Wir wissen, dass sie nicht wirklich so existiert, wie wir sie wahrnehmen. Der blaue Himmel, die roten Blumen, das rauschende Wasser sind die Erscheinungsformen der Wirklichkeit, nicht die Wirklichkeit selbst. Die Farben entstehen in der Retina unserer Augen, die Geräusche im Trommelfell unserer Ohren. Geschmack entsteht in der Zunge; die Nahrung hat keinen bestimmten Geschmack.

Da wir alle in dieser merkwürdigen Welt leben und nichts dagegen tun können, müssen wir sie so annehmen, wie sie sich uns zeigt. In dieser äusseren Welt bauen wir Unterkünfte für unseren physischen Körper, indem wir uns der

Materie bedienen und ihr Namen geben wie Ziegel, Eisen, Stein oder Beton.

Der physische Körper ist auch nur ein Erscheinungsbild. Er wird geboren, bleibt eine Weile, wandelt sich, zerfällt und verschwindet. Das Körper-Haus ist zerbrechlicher als das Haus aus Eisen und Stein. Doch es ist mein eigenes, geliebtes Haus! Ich habe kein anderes. Ich bewache diesen Körper, der mein Eigentum zu sein scheint, es in Wirklichkeit aber nicht ist, wie einen Schatz.

Das Leben im äusseren Haus geht einher mit der ständigen Angst um seinen Verlust. Wir beklagen seine veränderliche Natur und hoffen gegen alles bessere Wissen, dass es für immer bestehen bleibt. Wir klammern uns an seine Attribute, machen sie zu unserem umhегten Besitz und weinen bitterlich, wenn sie vergehen. Man kann sich tatsächlich nicht darauf verlassen.

Indem wir das äussere Haus genau untersuchen, stellen wir fest, dass wir auch in einem inneren Haus leben. So wie der Körper in einem äusseren Haus lebt, so lebt unsere Seele in einem inneren. Was ist das innere Haus? Woraus besteht es? Wenn man die Aufmerksamkeit nach innen wendet, kann man seine Struktur leicht erkennen. Es besteht aus Gedanken, Emotionen und mentalen Bildern, die von morgens bis abends in ständiger Bewegung sind und wie eine Prozession von Geistern am inneren Auge vorbeiziehen. Das innere Haus ist gleich dem äusseren Haus eine Fata Morgana und deshalb genau so unwirklich und unstabil wie dieses.

Jeder Mensch hat ein inneres Haus. Einige innere Häuser sind nach einem bestimmten System konstruiert. Sie tragen Namen wie Christentum, Existentialismus, griechische Philosophie usw. Manche Menschen leben in einem

inneren Haus ohne bestimmte Struktur; ihr Haus besteht aus Gewächsen, Stroh oder Bambus, ohne Säulen und Dächer. Wiederum andere haben sich ein kostbares inneres Haus gebaut, mit Edelsteinen geschmückt, die über viele Zeitalter angesammelt wurden. Sie haben vielleicht Zitate berühmter Philosophen an die Wände gehängt, um ihren Geist in Ordnung zu halten. Einige leben in modernen Häusern: Sozialismus, Kommunismus, Faschismus. Andere leben in ausländischen Häusern: Sufismus, Buddhismus, Bahaismus, Zen. So wie viele Menschen Wohnhäuser in ausländischem Stil bevorzugen, so möblieren manche ihre Wohnungen mit fremden Gedanken. Wenn sie diese dann etwas unbequem finden, bringen sie irgendeine kleine Änderung an und passen sie so ihren Bedürfnissen an. Dann nennen sie es z.B. Buddha-Christentum oder so ähnlich.

Auch in der östlichen Hemisphäre gibt es wunderbare innere Häuser. Da gibt es z.B. das *Avatamsaka-Sutra*, das *Saddharmapundarika-Sutra* und das *Mahavibhasa-Sastra*. Letzteres ist besonders grossartig und wunderbar. Um es von einer Ecke zur anderen zu durchschreiten, braucht man ein ganzes Leben lang. Es handelt sich bei diesen Gebäuden wirklich um Pyramiden aus menschlichen Gedanken. Sie sind so wunderbar, dass man in ihnen leben kann, ohne ihrer Schönheit und Würde überdrüssig zu werden. Ihre Gedankensysteme offerieren ein Leben in Ruhe und Gelassenheit. Aber auch sie sind schliesslich nichts anderes als vergängliche Gebilde.

Da wir weder unsere äusseren noch unsere inneren Häuser für immer behalten können, sollten wir mit Hilfe unserer Erkenntniskraft erkennen, wann ein Wandel stattfindet. Wir müssen erkennen, dass es unmöglich ist, vor dem Leiden zu flüchten, das entsteht, wenn etwas seine Form ändert und zu etwas anderem wird. Die Gedankenwelt des 18. Jahrhunderts existiert heute nicht mehr, und unsere

Grosskinder werden in einer anderen Gedankenwelt leben als wir.

Solange wir in diesem Körper mit seinen fünf Sinnen leben, können wir die Eindrücke der äusseren Welt nicht abweisen. Ebenso müssen wir die innere Welt mit beidem, – Freude und Leid – annehmen. Doch als buddhistischer Mönch sage ich euch eines: Haftet nicht daran! Macht euch nicht zu Gefangenen eures inneren Hauses. Bewahrt die Freiheit eurer Seele. Die Seele ist allein. Sie lebt und schläft in diesen zwei Häusern, doch sie ist unabhängig davon.



Ihr sollt verstehen, dass es objektiv gesehen keine bestimmte Welt gibt. Die Wirklichkeit hat keine festgelegte Form, keinen fixen Klang, Geschmack oder Geruch; sie kennt weder Zeit noch Raum. Jedes Lebewesen schafft sich seine eigene, subjektive Welt auf Grund seiner Sinneswahrnehmungen.

Die Sinnesindrücke bilden das Knochengerüst des geistigen Körpers; die Gedanken sind sein Fleisch, die Emotionen sein Nervensystem, der Verstand seine Arterien und das Bewusstsein sein Herz.

Manche, die in kostspieligen äusseren Häusern leben, haben nur ein armseliges inneres Häuschen.

Wenn wir kein inneres Haus bauen, gleichen wir den Füchsen und Dachsen, Katzen und Hunden oder den primitiven Menschen, die unter freiem Himmel oder in Höhlen hausen.

Das innere Haus ist in der Regel langlebiger als das äussere. Gedanken überdauern oft viele Generationen. Der Buddhismus existiert seit mehr als 2500 Jahren und das Christentum ist ein über 2000-jähriges Haus. Vielleicht lebt jemand von euch im Haus seiner Ahnen.

Ihr solltet wirklich sorgfältig darüber nachdenken, in welcher Art innerem Haus ihr lebt. Kennt ihr seinen Eingang, seinen Ausgang? Vielleicht habt ihr euch darin verirrt. Zu wissen, wo ihr euch in eurem inneren Haus befindet, ist wichtig für euer ganzes Leben.

Der moderne Mensch ist gewöhnlich in zweierlei Gefängnissen gefangen – in der Materie und im denkenden Geist. Er wohnt in einem grossartigen Haus aus philosophischen Ideen und allerlei Lieblingsgedanken, je nach Geschmack. Ohne diese Strukturen kann er gar nicht denken.

Diejenigen, welche die Wahrheit in der materiellen Welt suchen oder in der eigenen Psyche, indem sie ihren Gedanken nachjagen – all den vielen Worten – oder ihre Träume analysieren – diese Visionen aus dem Unterbewussten –, haften bloss an ihren Häusern und können die Wahrheit nicht finden.

Der wirkliche Buddha

Viele Menschen meinen, Buddha sei der Inder namens Shakyamuni Buddha, der vor 2500 Jahren gelebt hat. Andere denken, Buddha sei ein vom Menschen losgelöstes, unsterbliches Wesen, das alles weiss und sich irgendwo im Körper manifestiert. Manche sitzen mit gekreuzten Beinen da und machen sich ein inneres Bild von Buddha. – Löst euch von allen Vorstellungen und findet das, was Buddha genannt wird, in eurem eigenen Wesen.

Das Wort «Buddha» geht auf das Sanskritwort «Bodhi» zurück. «Bodhi» bedeutet «wissen». Buddha ist unser gegenwärtiges, waches Bewusstsein, das sieht, hört, empfindet, riecht und schmeckt. Diese universale Kraft des Wissens ist allen fühlenden und nicht-fühlenden Lebewesen zu eigen, doch in den nicht-fühlenden Wesen ist sie unbewusst. Buddha ist das Bewusstsein, das um seine eigene Existenz weiss.

Doch wir sollten uns Buddha und Mensch nicht als zwei separate Wesen vorstellen. Wir sollten nicht meinen, Buddha sei etwas anderes als der gewöhnliche Mensch. Es gibt nur ein Universum und nur ein universales Bewusstsein. Es ist in keinem bestimmten Körperteil lokalisiert, es befindet sich weder im Gehirn noch im Bauch. Doch wir wissen, dass es existiert. Es ist in uns und wir ruhen darin.

Setze dich einfach hin und meditiere! Trage kein Schild mit der Aufschrift «Ich» mit dir herum. Löse das Schild ab und

wirf dich ins grosse Universum! Du wirst es nicht sofort spüren, doch tue es jeden Tag, und etwas wird sich verändern. Eines schönen Tages wirst du, vielleicht auf einer Bank in einem Park sitzend, dich selbst vergessen. Wenn dein Herz, dort auf der Bank, im Rhythmus mit dem Universum schlägt, wirst du Buddha finden.



Das Wort «Buddha» bedeutet «Einer, der erwacht ist», erwacht zum Intellekt in sich selber. Shakyamuni Buddha glaubte, dass die ganze Natur der Welt aus diesem Intellekt, der eine universale Kraft ist, geboren wurde. Andere nennen diese Kraft «kosmische Energie» oder «Gott».

Viele stellen sich unter Buddha jemanden vor, der dauernd meditiert, aber in Wirklichkeit ist es jemand, der zu seiner eigenen Weisheit erwacht ist.

Shakyamuni Buddha war ein Mensch, der vor etwa dreitausend Jahren gelebt hat und in seinem körperlichen Dasein zu seinem unverkörpernten Sein erwacht ist. Das Erwachen zum unsterblichen Sein ist der Kern des Buddhismus.

In tiefster Versenkung fand Shakyamuni Buddha die Wahrheit – «Ahh». In dieser grossen Ruhe gab es nicht die geringste Spur eines menschlichen Gedankens. Seine Seele verschmolz mit der Seele des Universums. Als er bei der Morgendämmerung einen Stern am östlichen Himmel blinken sah, wurde er mit einem Mal seiner grenzenlosen, allumfassenden Existenz gewahr. Er war Baum und Gras, Himmel und Erde – er war alles.

In einer Welt geboren zu werden, in der ein verwirklichter Buddha lebt, ist sehr kostbar. Als der Buddha in Indien lebte, wussten die meisten Leute nichts von ihm. Nach seinem Tod bedauerten sie dies sehr.

Alle versuchen, Buddha in Büchern, Tempeln oder Statuen zu finden. Dort kann man ihn nicht finden. Der wirklich existierende Buddha, ist das eine Bewusstsein, das allen Lebewesen innewohnt.