

**Der Große Zweifel:**

Feststecken & Durchbruch

Das Wahre Koan

Jeff Shore

## **Inhalt**

Einführung

Vorträge aus Retreats

Ermahnungen an jene, die es nicht vermögen, den Zweifel zu entfachen

1. Die Krankheit des Intellekts
2. Die Krankheit der stillen Meditation
3. Die Krankheit des Unterdrückens
4. Die Krankheit der Leere
5. Die Krankheit des Spekulierens
6. Die Krankheit, Geister zu sehen
7. Die Krankheit des Auslebens
8. Die Krankheit des Asketentums
9. Die Krankheit der Selbstzufriedenheit
10. Die Krankheit, sich aufzuspielen

## Einführung

*Als ich mein Haupt erhob, umher zu blicken,  
Sah ich, dass die Sonne schon immer rund war ...  
Und war von da an stets voller Freude.*

(Luohan [Lo-han/Rakan; c.866 - 928] ZD 247 - 48 rev.)

*Seitdem ich Pfirsichblüten sah,  
Habe ich nie wieder gezweifelt*

(Lingyun [Ling - yün/Reiun; 9th c.] EV 6 - 7 rev.)

*Seit ich von Meister Ma[zu] einen Tritt erhielt,  
Habe ich nicht mehr aufgehört, zu lachen!*

(Vgl. SB 77; 83)

Woher kommen solche Bekundungen? Wie sind sie möglich? Dieses Retreat wird Euch Gelegenheit geben, aufzudecken, wo – in Euch selbst – solche Äußerungen aufkommen. Und warum sie nicht nur möglich, sondern auch notwendig sind.

Während des Retreats werde ich einen kurzen Text des chinesischen Meisters Boshan [Poshan/Hakusan 1575 - 1630) vorstellen, der einer der bedeutendsten Meister der Ming Dynastie ist: *Ermahnungen an jene, die es nicht vermögen, den Zweifel zu entfachen.*

Zweifel? Der Buddhismus ermutigt, wie andere Religionen auch, zu Zuversicht und Vertrauen. Zweifel wird gar als Beschmutzung, als Gift angesehen, ähnlich wie Gier, Hass, Unwissenheit oder Stolz. In der Tat sollte jener Zweifel vermieden werden, der als reiner Skeptizismus, als Mangel an Vertrauen oder als zögerliche Einstellung daherkommt und der Dich vom Beschreiten des Weges abhält.

Diese Art von Zweifel hat nichts mit dem zu tun, wovon im Zen-Buddhismus gesprochen wird. Hier wird mit gutem Grund vom Großen Zweifel gesprochen. In einem einführenden Abschnitt zu seinem Text beschreibt Boshan kurz die Schranke (auch als die Große Angelegenheit bezeichnet) von Leben-und-Tod, den daraus erwachenden Zweifel [wörtlich: „die Empfindung / Spürbarkeit des Zweifels“], wie sich diese fundamentale religiöse Frage vom normalen Zweifel und Skeptizismus unterscheidet, und ihr schließliches Erstarren zum Block des Zweifels oder zum Großen Zweifel:

In der Zen-Praxis ist der wesentliche Punkt, Zweifel zu entfachen. Was hat es mit diesem Zweifel auf sich? Beispielsweise, woher kamst Du, als Du geboren wurdest? Du kommst nicht umhin, darüber im Zweifel zu bleiben. Wohin gehst Du, wenn Du stirbst? Auch hier kannst Du nicht anders, als im Zweifel zu bleiben. Weil Du diese Schranke von Leben und Tod nicht durchdringen kannst, erstarrt der Zweifel direkt vor Deinen Augen. Versuche, ihn nieder zu ringen, es wird Dir nicht gelingen; versuche, ihn zu ignorieren, es wird dir nicht gelingen. Schließlich aber wird dieser Block des Zweifels durchbrochen werden und Dir wird klar, wie wertlos das Konzept von Leben-und-Tod ist – ha! Wie die Alten sagten: „Großer Zweifel, Großes Erwachen; kleiner Zweifel, kleines Erwachen; kein Zweifel, kein Erwachen.“ [X 63, 756a]

Weit jenseits von fehlendem Vertrauen oder Zuversicht kann der Große Zweifel nur aus dem Großen Vertrauen entstehen. Großes Vertrauen erdet und unterstützt uns, Großer Zweifel hält uns in der Spur, führt uns ganz hindurch. Großes Vertrauen ist die auf Erfahrung gegründete Überzeugung, dass es da einen Weg geben muss; Großer Zweifel stellt uns den Treibstoff bereit, den ganzen Weg zu gehen: „In vollstem Vertrauen wirst Du vollständig zweifeln; in vollstem Zweifel wirst Du vollständig erwachen.“ [ZKS 45; T48, 1099a; cf. MK 36] Dieser Zweifel ist eine intensive Verwunderung, eine gesunde Neugier, die uns öffnet. Ist es nicht die Angst – der Mangel an Vertrauen, der uns dazu bringt, unseren Zweifel zu leugnen – die uns fesselt und blind macht?

Aber warum den Zweifel in den Blick nehmen – reicht nicht schon das Große Vertrauen allein aus? Ja, das tut es! Alles, was wir tun müssen, ist **vollständig** vertrauen. Dann kann es keinen Zweifel und kein Zögern geben, **was immer** uns widerfährt. Nun, wer von uns hier hat dieses Vertrauen? Irgendeiner?

Ihr habt Euch gerade Eure Frage selbst beantwortet. In der Tat ist Großes Vertrauen genug. Und dennoch kommt man, wie Boshan gesagt hat und wie wir auch gerade feststellten, um den großen Zweifel nicht herum. Denn Euer eigentliches Selbst ist zerrissen – im Inneren und im Äußeren. Um es sehr vereinfacht auszudrücken: Ihr **habt** diese Zerrissenheit nicht einfach nur, ihr **seid** diese Zerrissenheit. Das Selbst tritt ins Sein in der Zerrissenheit: mit Vertrauen und mit Zweifel. **Seht euer Selbst:** Die Grundlage des Buddhismus liegt vor Euren Füßen.

Anders als der gewöhnliche Zweifel, der einen zum Schwanken bringt und der die klare Sicht trübt, stellt einen der Großen Zweifel auf festen Grund und bringt die Aufmerksamkeit auf den Punkt. Dazu der chinesische Zen-Laie Suan [spätes 13. Jahrhundert n.Chr.]:

Heutzutage sind es nur wenige, die sich der Zen-Praxis hingeben. Sobald ein Koan aufgenommen wird, finden [die meisten Leute] ihren Geist in der Falle der dämonischen Zwillinge Dumpfheit und Zerstreutheit. Ihnen wird nicht klar, dass der Zweifel [das Fallen in] Dumpfheit und [geistige] Zerstreutheit überwindet. Ist das

Vertrauen gefestigt, wird der Zweifel gefestigt sein, ist der Zweifel gefestigt, verschwinden Dumpfheit und Zerstretheit ganz natürlich.

[ZKS 60; T 48, 1099c; cf. MK 43 - 44]

Der Titel der Vorlesung: „Der Große Zweifel: Über das Feststecken & Durchbrechen durch das Wahre Koan“ bezieht sich auf das Entfachen dieses Großen Zweifels und auf seine Auflösung, ein für alle Mal.

Egal, wie es genannt wird – das Entfachen des Großen Zweifels kann als das Fundament der Zen-Praxis betrachtet werden, als ihr Herz; als das, was dem Zen-Buddhismus seinen besonderen – unverkennbaren und bestimmenden – Charakter verleiht.

Boshan erklärt: „Der wesentliche Punkt in der Zen-Praxis ist, den Zweifel zu entfachen.“ Wie wir sehen werden, gilt das sowohl für Rinzai wie für Sôtô Zen.

Mit einem Wort: Unser realer Zweifel, diese tiefgehende Verwunderung und diese gesunde Neugierde, wird zum zielführenden Weg. Der zenbuddhistische Ansatz ist gerade nicht die Verleugnung des Zweifels: „Nun also, Du bist im Zweifel? Dann zweifele weiter, nutze den Zweifel auf Deinem gesamten Weg!“ Das ist das Wirken des vollendeten Großen Zweifels. Was brauchst Du sonst noch? Durch Deinen ganz eigenen Großen Zweifel hindurch zu gehen ist der Weg, ihn ein für alle Mal zur Ruhe zu bringen.

Vielleicht kann der Große Zweifel als ein wesentliches Element jeglicher religiösen Praxis gesehen werden – warum praktizieren, wenn man keinen hat? Ganz klar ist er zentral für den Buddhismus: Betrachte das Leben Gotama (Skt.: Gautama) Buddhas, seine große Entsagung oder wie er sein Zuhause verläßt, sein Ringen und sein Erwachen. In all dem ist unmissverständlich sein Streben nach der Auflösung des Zweifels zu erkennen.

Mönch: Seit jeher haben die Meister gesagt, das Große Erwachen folgt auf den Großen Zweifel [wörtlich: „Am Grunde des Großen Zweifels liegt das Große Erwachen“]. Ihr sprecht diesen Großen Zweifel aber nicht in Euren Lehren an. Warum nicht?

Bankei: Vor langer Zeit, als Nanyue zum sechsten Patriarchen kam und gefragt wurde: „Was ist es, was da gerade gekommen ist?“, war er völlig verwirrt. Sein Zweifel darüber hielt acht lange Jahre an. Schließlich konnte er antworten: „Was immer ich sage, wird es nicht treffen.“ Nun, das ist wirklich Großer Zweifel und Großes Erwachen!

Stell Dir vor, Du hättest Deine Robe verloren, die Dir überreicht wurde, als Du Mönch wurdest und Du könntest sie nicht finden, egal wie gründlich Du auch suchtest. Du würdest ohne Unterlass suchen und suchen. Nicht einmal für einen Moment würdest du aufhören zu suchen. Das wäre wahrer Zweifel!

Die Leute heutzutage sagen, sie müssten zweifeln, weil es die Leute in der Vergangenheit auch taten. Also kultivieren sie einen Zweifel. Aber das ist eher eine Imitation des Zweifels, kein echter, und deshalb wird auch nie der Tag kommen, an dem sie eine echte Lösung finden. Das ist so, als wenn Du nach etwas suchst, was Du nie wirklich verloren hast, von dem Du es Dir aber einbildest.

[Unborn 129 - 30 rev.; 137]

Der japanische Zen-Meister Bankei (1622 - 93) kritisiert hier nicht den Großen Zweifel – er selbst wurde seit seiner Kindheit davon angetrieben. Er kritisiert allerdings den unnatürlichen, hervorgezwungenen, ersonnenen, eingebildeten Zweifel, der auf den Worten und Erfahrungen von irgend wem anderen beruht. Bankei hat Recht.

Bankei bringt die Geschichte von Nanyues [Nan-yüeh/Nangaku; 677 - 744] Begegnung mit dem sechsten Patriarchen des chinesischen Zen in Erinnerung (Nanyue ist als Schüler des sechsten Patriarchen und als Lehrer von Mazu [Ma-tsu/Baso 709- 8 8] eine Schlüsselfigur des Zen-Buddhismus). Als er gefragt wurde, woher er käme, gab Nanyue zur Antwort: „Vom Berg Song.“ Dann forderte der sechste Patriarch ihn heraus: „Was ist es, was da gerade gekommen ist?“ Das war der Auslöser für Nanyue's Großen Zweifel. [siehe EV 62 ]

Sobald Ihr diese Große Angelegenheit von Leben-und-Tod direkt unter Euren eigenen Füßen erkennt, ist der Große Zweifel nicht mehr fern. Ist dem nicht so, stagniert die Zen-Praxis, und es stellen sich allerlei Probleme ein. Auch wenn man rein äußerlich in Meditation sitzt, dreht sich der Geist in den immer gleichen Kreisen oder heftet sich an Zustände von Stille, Klarheit usw. Das war schon immer so, auch vor 300 oder 400 Jahren in Japan oder China. Wie wir sehen werden, beschreibt Boshan das in seinem Werk „Ermahnungen an jene, die es nicht vermögen, den Zweifel zu entfachen“. Bankei und viele andere sprachen ebenfalls darüber. Das Unvermögen, den eigenen Großen Zweifel zu erkennen, setzt sich bis heute rund um die Welt in Zen-Gruppen fort. Ich bin mir sicher, Ihr erkennt die Bedeutsamkeit des Themas und seht es mir nach, wenn ich ständig darauf herumreite. Das ist genau das, was nötig ist.

Was ist dieser Große Zweifel? Vor allem ist er, wie Bankei gerade klar gemacht hat, nicht etwas, das Ihr erschaffen, erdenken müsst – oder das Euch gegeben werden kann. Großer Zweifel ist die natürlichste Sache der Welt. Offen gestanden frage ich mich, wie Ihr überhaupt um ihn herum kommt. Hört auf, vor ihm davon zu laufen. Öffnet Eure Augen und Ihr könnt ihm gar nicht ausweichen, wie Boshan sagt. Anfangs könnte er sich wie eine Bowlingkugel in Eurer Magengrube anfühlen.

Zu Beginn habe ich einen Zen-Mönch zitiert, der in seinem Erleuchtungsgedicht davon sang „Als ich mein Haupt erhob, umher zu blicken, sah ich, dass die Sonne schon immer rund war ...und war seitdem voller Freude .“ Weiter vorn in seinem Gedicht bringt er klar zum Ausdruck, wo er vor dem Erwachen stand:

*Der Block des Zweifels in mir,  
wie ein großer Weidenkorb.*

Der Große Zweifel kann sich jederzeit, überall erheben – wenn wir es zulassen: „I just don't know what to do with myself.“ Dionne Warwick und Dusty Springfield sangen diesen Burt Bacharach – Hal David Song, als ich in den frühen 1960ern aufwuchs. Ihr wisst, was Ihr mit allen möglichen Sachen anfangen sollt, nicht wahr? **Wisst Ihr auch, was Ihr mit Eurem Selbst anfangen sollt?**

Was bringt die einen dazu, sich bis auf die Knochen kaputt zu arbeiten, während sich andere so gut es geht vor der Arbeit drücken? Was treibt die einen dazu, mehr und mehr materiellem Wohlstand nachzujagen, während andere alles aufgeben, was sie haben? Was treibt die einen in Beziehungen, die sie dann zerstören, während andere jegliche Beziehung ablehnen? Kann all das eine Reaktion auf den Zweifel sein – oder vielleicht die verzweifelte Flucht vor ihm? In was für einer grenzenlosen Zwickmühle finden wir uns gelegentlich wieder, trotz - oder angesichts - aller Selbstbeherrschung oder Kontrolle der Situation? Immer gerade außerhalb der Reichweite und dennoch nie weit weg. Was, wenn wir all das nicht länger von uns weg schieben, sondern es mit offenem Herz und Geist bereitwillig annehmen?

So viele Menschen es gibt, so viele Zugänge gibt es auch zum Großen Zweifel. Untersucht ganz einfach das, was direkt vor Euren Füßen liegt, im Herzen von Allem. Was ist da? Sich darüber klar zu werden, ist, worum es bei der Zazen-Meditation geht. Was treibt uns dazu, andere zu lieben, und dennoch auf Distanz zu bleiben, nicht in aller Tiefe zu lieben? Wer ist derjenige, der zur Welt kommt und auf unsicheren Füßen zwischen Leben und Tod schwankt? Das ist die große Sache von Leben-und-Tod, das einzige wahre Koan, das es gibt.

Konkreter: Dieser Zweifel könnte sich zuerst als eine Art Intuition zeigen. Er läuft darauf hinaus, dass **ich nicht weiß** – wer ich bin, woher ich komme, was wirklich ist usw.

Oder er macht sich erstmals als ein tief sitzendes Empfinden, Emotion oder bemerkbar. Er läuft auf das Gefühl hinaus: **ich bin ruhelos**, ich kann nicht mit mir oder mit anderen zur Ruhe kommen, irgendetwas stimmt da nicht.

Oder er erscheint erstmals als ein Problem des Willens oder der Willenskraft: Ich nehme wahr, keine Ahnung warum, **dass ich nicht freizukommen scheine**, als ob ich mich gegen meine eigenen Wände abkämpfe. Zum Beispiel: Soviel ich mich auch bemühe, etwas gut und richtig zu machen, ich schlage dabei fehl.

Wie auch immer sich der Zweifel zum ersten Mal Bahn bricht – es ist wesentlich, ihn auszurichten und zu bündeln. Ansonsten wird der Zweifel eine Zeit lang klar und deutlich werden, dann aber wieder in den Hintergrund treten. Er bleibt dann unabgeschlossen, unentschieden. Auf diese Weise wird er nie vollständig aufgelöst. Den Zweifel muss zu seinem eigenen Ende kommen, zu seiner eigenen Lösung. Das ist die Funktion des wahren Koans und der Ertrag der Zusammenarbeit mit authentischen Lehrern, die durch all das selbst gegangen sind.

Zen-Meister wie Dahui [Ta - hui/Dae 1089 - 1163 ], die in ihrem Bestreben, den Großen Zweifel zu erwecken, die fortgesetzte Koan-Untersuchung oder Selbstprüfung mit Hilfe des Koans zur Meisterschaft vorangetrieben haben, sagen „Die tausend Zweifel, die zehntausend Zweifel – nur Ein [Großer] Zweifel.“ Solche Aussagen können leicht missverstanden

werden. Von außen klingt das so, als würde man den Weidenkorb nehmen und mit all seinen Zweifeln füllen. Auf diese Art gelangt man nie zum Großen Zweifel. Die Ausrichtung muss nach innen, auf die Quelle des vorhandenen Zweifels gelenkt werden, anstatt nach außen, auf die endlose Zunahme oder auf die Vermehrung möglicher Zweifel. Nichts ist konkreter und unmittelbarer, drängender und dringender, totaler und umfassender als dieser Große Zweifel. Schlussendlich seid Ihr der Große Zweifel und umgekehrt. So gesehen sind unsere normalen Zweifel eher ziemlich abstrakt, oder?

Gesteht Euch zu, Euch in beständiger Praxis in diesem Zweifel niederzulassen, in diesem **ursprünglichen Hunger**, anstatt in unechten Hunger und in falsche Befriedigung zu fliehen. Wenn er zum ersten Mal als eine Art Intuition auftaucht - als Nichtwissen – untersucht ihn mit Eurem ganzen Sein: Wer ist das? Was ist das? Der weise Hindu Ramana Maharshi (1879 - 1950) benutzte [die Frage] „Wer bin ich?“ Um zu Boshan zurückzukehren: Wer tritt mit der Geburt in das Sein ein, wer stirbt im Tod? Besser noch: Wer ist es, der genau jetzt dies liest? Wer ist tatsächlich hinter Allem? Solange das nicht klar ist, ist nichts klar, oder? Für Bankei stellte sich diese Frage von Kindheit an als „Was ist meine innere, strahlende Tugend, und wo ist sie zu finden?“ Der sechste Patriarch forderte mit der Frage heraus: „Was ist das, was da gerade gekommen ist?“ Oder in traditioneller Zen-Sprache: „Was ist Dein ursprüngliches Gesicht?“ Oder „Alle Dinge gehen auf das Eine zurück, worauf geht Dieses zurück?“ Welche Form der Zweifel auch immer annimmt, die Frage muss dahin getrieben werden, alles zu umfassen – angefangen bei einem selbst.

Wenn sich der Zweifel zu Beginn eher wie ein Gefühl zeigt – dass Ihr nicht mit Euch im Frieden seid – dann beschäftigt Euch direkt damit, wer es denn ist, der nicht zum Frieden kommt. Diese Frage war der Beginn der Zen-Tradition in China (vgl. Mumonkan, Die torlose Schranke, Fall 41). Eine andere Art, dies auszudrücken, ist: „Wie kann ich kalt und heiß vermeiden?“ Als Koan betrachtet, geht es bei dieser Frage nicht nur um Kälte und Wärme, sondern um den gesamten dualistischen Komplex, in dem das Selbst gefangen ist. Noch wieder anders ausgedrückt: „Ich bin so arm. Meister, bitte mach mich reich.“ Der Fragesteller bat nicht um materiellen Wohlstand, er war ein hausloser Mönch. (Übrigens wurden die letzten beiden Fragen den Mitbegründern der Sôtô Zen-Tradition gestellt. Ihre hervorragenden Antworten inspirieren uns bis heute.)

Taucht der Zweifel eher als Problem des Willens auf, beschäftigt Euch mit Shitou's [Shih-t'ou / Sekitô 700 - 791] Erwiderung: „So sein, wie du bist, ist nicht OK. Nicht so sein, wie du bist, ist nicht OK. Egal, wie du bist – es ist nicht OK. Was nun?“ [Cf. 107 - 08; X 69, 5a; SB 81] Oder in traditioneller Zenterminologie: „Sprache und Stille sind voneinander abhängig, wie können wir davon frei sein?“ Wiederum zielt die Frage auf den gesamten dualistischen Komplex ab, als den sich das Selbst darstellt, und nicht nur auf den Unterschied zwischen Sprache und Stille. Oder einfacher, untersucht die Frage: „Woran mangelt es, genau hier und jetzt?“

Keine Zeit für solche Art Zweifel? Wie viel von Eurem Leben – und Eurer Praxis – verbringt Ihr damit, ihn zu leugnen, ihm auszuweichen? Die ursprüngliche Zen-Praxis erweckt, fördert, ermutigt diesen Zweifel und hilft Euch, Euch vollständig in ihn hinein zu geben, um ihn wahrhaftig ein für alle Mal zu beseitigen. Daran ist nichts merkwürdig oder unnatürlich.



Schaut nach und seht selbst: Im Grunde ist der Große Zweifel das, was das Selbst ist. Sich nicht auf ihn einzulassen ist das eigentlich Merkwürdige und Unnatürliche, oder? Daher Eure fortwährende Unzufriedenheit, Euer unstillbarer Hunger, egal, wie viele Beziehungen Ihr eingetretet und wieder löst. Daher Euer unangebrachter Stolz über die Zahl der Jahre, die Ihr Zazen gesessen habt, und über die Zahl der Koans, die Ihr gelöst habt. Dieser Zweifel ist das kostbare Geschenk, das jedem von uns mit dem Eintritt in die Welt gegeben wurde. Packt es aus und schaut selbst (auch: „schaut Euer Selbst“, Anm. d. Ü.).

Der Große Zweifel kann kein Objekt der Bewusstheit sein, er ist viel realer und unmittelbarer als das. Als bloßes Objekt der Bewusstheit degeneriert er zu endlosen spekulativen Fragen **über sich selbst** – wovon Bankei und andere warnten. **Lasst ihn das sein, was er wirklich ist.** Es gibt keinen Grund für Grübeleien, lasst Euch nicht „in den Kübel eines anderen Mannes stecken“, wie es Bankei ausgedrückt hat. (*Unborn* 133).

Wie wir in den *Ermahnungen an jene, die es nicht vermögen, den Zweifel zu entfachen* sehen werden, kommt Boshan immer wieder auf den Punkt zurück, dass, wenn dem Großen Zweifel nicht zugestanden wird, sich zu erheben, die Zen-Praxis in einer ungesunden „Krankheit“ versinkt. Sie wird zu einer Flucht in Zustände geistiger Ruhe und Klarheit, in Einsichten, in sogenannte Erleuchtungserfahrungen, von denen das Selbst sich die Lösung all seiner Probleme erhofft – während die fundamentale Selbst-Täuschung unangetastet bleibt. Man sieht es an sich selbst: Diese Zustände und Erfahrungen sind Teil der Nicht-Ruhe (urspr. disease, als Wortspiel mit „disease“= Krankheit; Anm. d. Übers.) Öffnet Euch dem Großen Zweifel und Ihr könnt diesen Problemen entgehen. Solche Täuschungen haben hier keinen Platz.

Wie könnt Ihr nun aber den Großen Zweifel tatsächlich entfachen? Zazen-Meditation ist ein überaus hilfreicher Zugang. Führt alle Energie in beständigem Zazen zusammen [demonstriert, wie]. Dies ist *samadhi* oder die auf den Punkt ausgerichtete Einsicht, das völlig natürlich, ruhig, aufmerksam, fokussiert und dennoch offen ist. Eine konstante Energie, die von nichts aufgehalten werden kann. Daher der Wert von beständigem Zazen und einem Retreat wie diesem. Die endlosen Eskapaden des Ego-Selbst, die Fluchttendenzen und Teufelskreise werden lahmgelegt, zumindest für jetzt. Seid wachsam, sollten sie zurückkehren. Im japanischen Sôtô-Zen wird von dem Fokus als „[unverdorbenes, kunstloses] Nur-Sitzen“, *shikantaza*, gesprochen. Nicht bloß Sitzen in Leere oder Klarheit. Dôgen (1200 - 1253), der Vater des japanischen Sôtô-Zen, kämpfte von Jugend an mit seinem Zweifel, und löste ihn durch ein maßgebliches Erwachens-Erlebnis, das er als „Körper-Geist abgefallen“, *shinjin-datsuraku*, beschrieb. In seinem Werk *Bendôwa* sagt er sogar: „Damit war die eine große Angelegenheit meines gesamten Lebens aufgelöst.“ Und wo steht das Sôtô-Zen heute?

Nur-Sitzen ist genug – **wenn es kompromisslos ist.** Dabei kann es keinen Gedanken an Zweifel geben, geschweige denn an Erwecken. Das Sitzen selbst ist das Erwecken des Großen Zweifels, die Manifestation des *genjô-kôan* [demonstriert, wie]. Merkt Ihr, wie rein, einfach – und wie schwierig, wie kompromisslos – Nur-Sitzen in Wirklichkeit ist? Übrigens war Boshan, der in seinen Ermahnungen so sehr die Notwendigkeit betont, den Zweifel zu entfachen, einer der führenden Sôtô [Caodong/Ts'ao-tung] Meister im China der Ming-Zeit.

Egal, ob im Nur-Sitzen oder durch die Arbeit mit einem Koan – alles wird ganz natürlich zu Einem verschmolzen [demonstriert, wie]. Ein... konkretes ... Ganzes.

Auf diesem Weg wird der gesamte Selbstkomplex, den Dôgen Körper-Geist genannt hat, auf natürliche Weise festgesetzt (wie der Titel dieser Lesung anklingen lässt). Eingefroren. Alles kommt zu einem Halt, in sublimster und makellosester Form. Hakuin (1686 - 1769), der das Zen in Japan zu neuem Leben erweckte, beschreibt es folgendermaßen: „Wie das Sitzen in einer Eishöhle, zehntausend Meilen dick.“ [Barrier 289 rev.; cf. HPMC 25; HaYa 118; 118] Kein „Hinausfließen“ - oder Hineinfließen, um es in traditioneller buddhistischer Terminologie zu beschreiben. Und dennoch ist alles vorhanden – **kristallklar** – auf eine dem normalen Bewusstsein unzugängliche Weise. Denn es ist nicht zu einem Objekt gemacht, zu einem Objekt des Bewusstseins verdreht. Dies ist der Eingang zur verwirklichten Zen-Praxis, Körper-Geist **abgefallen**. Habe ich vor einem Moment noch danach gefragt, wo das heutige Sôtô Zen steht, stelle ich die gleiche Frage nun für das Rinzai Zen.

Im Einklang mit den einführenden Anmerkungen des Sôtô-Meisters Boshan stehen die folgenden Worte des Rinzai-Meisters Hakuin:

Bei allen Zwecken und Absichten steht im Kern der Zen-Praxis die Auflösung des Blocks des Zweifels. Daher der Spruch: „Auf dem Grunde des Großen Zweifels liegt Großes Erwachen. Wenn Du vollständig zweifelst, wirst Du vollständig erwachen.“ [HaYa 144 rev.; 489]

Wird der Große Zweifel erst einmal entfacht und aufrechterhalten, besteht nur noch geringe Gefahr, sich in statischen Einheitserfahrungen oder mystischen Zuständen zu verlieren. Es geht bei der Auflösung des Großen Zweifels nicht darum, dass das Selbst in einen Zustand fortgesetzten Eins-Seins **hineinbricht** oder darin verharrt, oder aus Grenzen wie Raum und Zeit **herausbricht**. Eher geht es darum, **dass der Zweifel selbst und die Abspaltung, die das Selbst bilden, durchbrochen werden**. Das ist „Körper-Geist abgefallen“. Die Abspaltung und der Zweifel, die das Selbst konstituieren, haben sich erledigt! Hier ist die Wurzel aufrichtiger Liebe, von hier kommen die authentischen Zen-Aussagen, eingeschlossen derer, mit denen ich den Vortrag eröffnet habe. Und von hier nimmt eine andere Art von Praxis ihren natürlichen Ausgang.

Sitzt hier nicht rum und wartet, dass etwas passiert. Eine solche Art von Praxis wird als „Erleuchtung-Erwarten“ kritisiert. Wenn Ihr auf etwas wartet, könnt Ihr Euch nicht vollständig der Praxis hingeben, oder? Dann verharrt Ihr in einem Zustand der Ignoranz, „fesselt Euch selbst ohne Seil.“ [ cf. RL 139]

Gebt Euch in aller Aufrichtigkeit hin, dann könnt Ihr gar nicht anders, als diesen Zweifel zu erkennen. Verschwendet Eure Zeit nicht mit Gedanken der Art: „Vielleicht habe ich nicht die richtige Art Zweifel, ich brauche mehr Zweifel, ich brauche seinen Zweifel.“ Bleibt ganz einfach offen für das, was in Euren Herzen und vor Euren Füßen liegt. Vermeidet es nicht, macht es Euch zu Eigen. Das ist alles, was Ihr braucht.

Wie steht es mit diesem Zweifel im normalen Leben, in Beziehung zu anderen – wird er da nicht stören? Wenn der Zweifel echt ist, wird sich herausstellen, dass er **genau das ist, was nötig ist**. Beziehungen zu anderen verändern sich: Wenn wir unseren Zweifel annehmen, durch ihn in die Welt sehen, können wir uns wirklich öffnen, auf die Bedürfnisse anderer eingehen und ihnen Raum geben. Wir können andere für das lieben, was sie wirklich sind, nicht für das, was sie für uns darstellen sollen. So mit uns selbst in Frieden, können wir aufrichtig mit anderen sein, sie unterstützen und uns von ihnen unterstützen lassen. Macht Eure eigenen Erfahrungen damit.

Zusammengefasst: Bringt den Großen Zweifel mit Eurem eigenen lebendigen Koan oder mit einem traditionellen Koan hervor. Im Grunde sind Koan und Zweifel keine zwei getrennten Dinge:

Frage: Wenn man mit Lehrern übt, sagen einige, man soll sich auf das Koan konzentrieren, andere sagen, man soll das Koan anzweifeln. Sprechen sie vom Gleichen oder gibt es da einen Unterschied?

Antwort: Sobald Du den Blick auf das Koan lenkst, entsteht Zweifel – warum beides voneinander trennen? [Sie sind das Gleiche]. Betrachte das Koan und sofort wird Zweifel entstehen. Fahre mit seiner Untersuchung fort und wenn Du Dich bis an die Grenzen anstrengst, wirst Du ganz natürlich erwachen. [Cf. ZKS 146; T 48, 1105a; MK 82]

Nur-Sitzen kann schon Euer *genjō-kōan* sein, das real gewordene Koan. Während des Zweiergesprächs können wir dann sehen, was was ist. Oder wenn Ihr gerade große Schmerzen habt, dann kann das schon reichen – **versucht bloß nicht, Euch davon zu abzutrennen**. Steigt stattdessen voll ein: Wer leidet? Genau hier findet das leidende Selbst sein Ende.

Seid froh! Wo Ihr jetzt steht, ist genau richtig für Euch. Ihr könnt keine bessere Situation finden. Ihr braucht nichts weiter. Wie erwähnt, bat schon vor 1.100 Jahren jemand in diesem Dilemma: „Ich bin so arm. Meister, bitte mach mich reich“. Wie lautete die Erwiderung? Der Meister rief den Namen des Mönches aus. Der Mönch antwortete: „Ja?“ Der Meister gab zurück: „Du hast gerade drei Gläser Chateau Margaux getrunken – wie kannst Du sagen, Du hättest trockene Lippen?“ Okay, vielleicht habe ich an dem letzten Zitat bezüglich des Reisweines ein wenig herumgedreht.

Aber ich vertraue darauf, dass Ihr den Clou verstanden habt. Dann taucht jetzt also selbst ein und kostet es aus.

## Vorträge aus Retreats

In der Einführung sind wir dem Großen Zweifel auf den Grund gegangen und wie man ihn entfacht. So, wie Boshan, Bankei und andere sich auf ihre jeweiligen Situationen eingestellt haben, müssen wir das für uns tun. Weil ich Boshan's *Ermahnungen an jene, die es nicht vermögen, den Zweifel zu entfachen* für sehr geeignet halte, präsentiere ich sie hier. Das 1611 von einem Laienschüler dazu verfasste Geleitwort bezeichnet sie als ein „wahrhaftiges Rettungsboot für dieses heruntergekommene Zeitalter, einen geraden Weg für den Geist eines Anfängers. Schon heute segensreich, wird es auch in Zukunft eine große Unterstützung sein.“ [X 63, 755b] Wenn Euch Boshan's *Ermahnungen* ansprechen, nehmt sie Euch zu Herzen. Wenn nicht, fahrt einfach mit Eurer Praxis weiter fort.

In einem einführenden Abschnitt, der schon zitiert wurde, beschreibt Boshan in aller Kürze diesen Zweifel. Wenn man sich die zeitgenössische Praxis in Zen-Gruppen anschaut, kann man gar nicht anders, als ihn wieder und wieder anzusprechen. Schon der erste Absatz ist unbezahlbar:

In der Zen-Praxis ist der wesentliche Punkt, Zweifel zu entfachen. Was hat es mit diesem Zweifel auf sich? Beispielsweise, woher kamst Du, als Du geboren wurdest? Du kommst nicht umhin, darüber im Zweifel zu bleiben. Wohin gehst Du, wenn Du stirbst? Auch hier kannst Du nicht anders, als im Zweifel zu bleiben. Weil Du diese Schranke von Leben und Tod nicht durchdringen kannst, erstarrt der Zweifel direkt vor Deinen Augen. Versuche, ihn nieder zu ringen, es wird Dir nicht gelingen; versuche, ihn zu ignorieren, es wird dir nicht gelingen. Schließlich aber wird dieser Block des Zweifels durchbrochen werden und Dir wird klar, wie wertlos das Konzept von Leben-und-Tod ist – ha! Wie die Alten sagten: „Großer Zweifel, Großes Erwachen; kleiner Zweifel, kleines Erwachen; kein Zweifel, kein Erwachen.“ [X 63, 756a]

Boshan und andere wie Hanshan [Han-shan/Kanzan 1546-1623; see PZ 85-6] legen die Betonung auf zwei wesentliche Zugänge zu diesem Zweifel: Nicht zu wissen, woher wir bei der Geburt kamen, und wohin wir mit dem Tod gehen.

Wenn wir allerdings beginnen, uns zu öffnen, wird uns klar, dass wir eigentlich **gar nichts** wirklich wissen – nicht einmal, wo wir jetzt gerade sind. **Hier** manifestiert sich der Große Zweifel.

Sonst bleibt ihr bei der Beschäftigung mit den ersten und letzten Momenten von Geburt und Tod hängen, oder Ihr verliert Euch in morbiden Konzepten von vergangenen und zukünftigen Leben, Himmel und Hölle, usw.

Beginnt dort, wo Ihr tatsächlich seid, mit Eurer aktuellen Erfahrung – ohne Bezug auf ein Konzept oder eine Theorie oder die Worte und Erfahrungen von jemand anderem. Dann werdet Ihr nicht in die Irre gehen.

Boshan geht hier nicht ins Detail, aber zunächst mag der Zweifel vage und unscharf erscheinen. Kein Problem. Öffnet Euch mit all den Zweifeln und all Eurer Neugier der Tatsache, dass Ihr nichts wisst. Lasst diesen Zweifel in gründlichem, beständigem Zazen klar werden. Forscht ruhig, aber stetig, angetrieben von Eurem echten Bedürfnis, zu wissen. Macht immer weiter, bis der Zweifel alles umfasst. Wenn sich das alles zuspitzt, erhärtet er sich im Block des Zweifels, auch Großer Block des Zweifels genannt oder einfach Großer Zweifel. Das Durchbrechen dieses Blocks ist das Große Erwachen, das Abfallen von Körper-Geist.

Die Entwicklung von ruhiger und klarer Beobachtung, von einsgerichteter Konzentration und von direkter Wahrnehmung (ohne diskursives Denken) kann von größter Hilfe sein. Im Großen Zweifel jedoch kommen alle Aktivitäten des Bewusstseins zum Halt. Hakuin hat seine eigene Erfahrung immer wieder beschrieben: „Alle Arbeit des Geistes – Gedanken, Bewusstheit, Gefühle – an den Haken gehängt...“ (RAH 250) „Normale geistige Prozesse, Bewusstheit und Gefühle sind beendet.“ (HPMC 25). Von diesem Punkt aus macht in Großem Vertrauen weiter, bis zum endgültigen Ende.

Das sollte soweit reichen, als „Blaupause“ für das Aufwerfen und Durchbrechen des Großen Zweifels. Hört jetzt auf mit all diesen Unterscheidungen, und taucht direkt hinein!

In China und Indien, in der Vergangenheit und Gegenwart, hat von all den Alten, die dieses Licht verbreiteten, keiner etwas anderes getan, als ganz einfach diesen Zweifel zu überwinden. Die tausend Zweifel, die zehntausend Zweifel, sind alle nur dieser eine Zweifel. Löse diesen Zweifel und es bleibt kein Zweifel zurück. [Gaofeng Yuanmiao; 1238 - 1295 in Bus 373 rev.; X 70, 707a]

Dieser Zweifel ist eine andere Bezeichnung für das, was am drückendsten und dringendsten ist. Sobald Du diese drückende und dringende Angelegenheit von Leben- und-Tod als Deine eigene erkannt hast, wird sich der Zweifel aus sich selbst erheben. Wenn Du zu zweifeln fortfährst, werden sich Zeit und Bedingungen ganz von selbst ergeben. Wenn Du Deine Zeit faul und ohne Bemühungen mit dem Warten auf Erleuchtung verschwendest, wird der Tag niemals kommen. [Zongbao; 1600 - 1661; Boshan Dharma heir, in X 72, 743b]

Alles dreht sich darum, ob es gelingt, den Großen Zweifel zu entfachen oder nicht. Es muss verstanden werden, dass dieser Block des Zweifels wie ein Paar Schwingen ist, die Dich auf dem Weg vorantragen. [Hakuin in HaYa 146 rev.;157]

## **Ermahnungen an jene, die es nicht vermögen, den Zweifel zu entfachen**

Von dem chinesischen Meister Boshan (1575 - 1630)

### **1. Die Krankheit des Intellekts**

Bist Du während Deiner Zen-Praxis nicht dazu in der Lage, den Zweifel zu entfachen, suchst Du vielleicht intellektuelles Verständnis durch das geschriebene Wort. All die

verschiedenen Zitate und Lehren Buddhas spinnst Du zu einem einzigen Faden zusammen und drückst ihnen den gleichen Stempel auf. Kommt ein Koan zur Sprache, bist Du ohne Zögern mit Deiner Interpretation zur Stelle. Unfähig, Deinen eigenen Zweifel bezüglich des Koans zu entfachen, magst Du es nicht, wenn Dich jemand mit ernstesten Fragen auf die Probe stellt. All das ist ganz einfach Dein schwankender Geist, es ist nicht Zen.

Auf Fragen antwortest Du wahrscheinlich sofort, indem Du einen Finger erhebst oder Deine Faust zeigst. Den Tuschepinsel aufnehmend wirfst Du unverzüglich einen Vers auf 's Papier, in der Hoffnung, unwissende Schüler auf Dein Niveau zu führen. Von all dem fasziniert, wahnst Du Dich am Tor der Erleuchtung. Du bemerkst nicht, dass genau dieses karmische Bewusstsein den Zweifel davon abhält, sich zu erheben. Wenn Du nur genau vor Dir die Irrungen deines Weges liegen sähest, würdest Du ein für alle Mal all das fahren lassen und Dir einen guten Lehrer oder Dharma-Freund suchen, um Dir der Suche nach einem Einstieg zu helfen. Wenn nicht, wird Dein schwankender Geist die Oberhand gewinnen, Du wirst wie von Dämonen besessen und nur schwer davon zu erlösen sein.

## **Kommentar**

Die genauen Umstände, unter denen Boshan diese Ermahnungen vorstellte, sind unklar. Der Punkt ist, was sie uns hier und heute zu sagen haben.

Natürlich beginnt Boshan mit dem Problem, rein intellektuelles Erfassen bereits als Einsicht misszuverstehen. Hat jemand hier diesen Fehler nicht gemacht? Der Begriff „schwankender Geist“ [waving mind] am Ende des ersten Abschnittes, den er oft wiederholt, bedeutet wortwörtlich „aufkommender-nachlassender Geist“ [arising-ceasing mind]: Der ruhelose, sich im Samsara befindende Geist von Leben-und-Tod. In unserem Zusammenhang endet Ihr damit, den schwankenden Geist zum Spinnen intellektueller Deutungen zu benutzen, anstatt ihn zur Ruhe zu bringen; ein schlichter Taschenspielertrick, um den abgrundtiefen Zweifel vor Euren Füßen zu verhüllen.

Der zweite Absatz macht auf die närrischen Imitationen aufmerksam, die daraus folgen: den Finger (s. Mumonkan, Fall 3) oder eine Faust zu heben, Zen-ähnliche Poesie zu erdichten, ohne das große Thema erfasst zu haben usw. Heutzutage ist es in manchen Zen-Kreisen zur gleichen Art blinder Imitation geworden, die Worte „Weiß nicht!“ auszurufen – und damit die Worte eines anderen ohne Ernsthaftigkeit auf eine Art und Weise nachzuplappern, die das Entfachen des echten Zweifels eigentlich eher verhindert. Wie wir sehen werden, verdammt Boshan wiederholt solches „Performance-Zen“. In der späten Ming Dynastie stellte der Lehrer Qian Qianyi (1582-1664) fest:

Das Chan [Zen] heutiger Tage ist nicht Chan. Es ist nichts als Schlagen und Brüllen... Der Auftritt in der Dharma-Halle ist wie der von Schauspielern, die die Bühne erklimmen; Ehrerbietung und gegenseitige Bestätigung von Erleuchtung sind wie ein Schauspiel, das von kleinen Jungs aufgeführt wird... Sie prahlen mit der Zahl ihrer

Jünger, dem Ausmaß ihres Ruhmes, dem Reichtum ihrer Gewinne und Gönner. [ ED 159 - 60 rev.]

Ist es heute besser? Macht Euch von allem los, was Ihr über die Jahre angesammelt habt, von all dem Pop-Zen, das Ihr gelesen habt, von Eurem intellektuellen Verstehen und so weiter und stellt ganz ehrlich fest: Ich weiß **wirklich** gar nichts. Ein Tropfen **davon** ist besser als eine ganze Wagenladung Müll von jemand anderem – ganz besonders von meinem! [Gelächter]

Ist Euer Zazen beständig und fundiert, oder geht Euer schwankender Geist dort immer noch ein und aus? Seid Ihr immer noch durch intellektuelle Taschenspielertricks von Eurem Zweifel abgelenkt? Seid geduldig, aber nicht nachlässig, korrekt fokussiert auf die Sache, um die es geht. Untersucht sie in aller Aufrichtigkeit. Ruft Euch den Anfang des Erleuchtungsgedichts in Erinnerung, über die Sonne, die schon immer rund gewesen ist: Wo ist der Unterschied zu Eurer eigenen Situation?

*Um das siebte Jahr der Xiantong Herrschaft  
[wurde ich geboren und bald] begab ich mich auf die Suche nach dem Weg.  
Wohin ich mich wendete, traf ich auf Worte,  
aber ich konnte sie nicht verstehen.  
Der Block des Zweifels in mir,  
wie ein großer Weidenkorb.  
Drei Frühjahre lang fand ich keine Freude,  
selbst an bewaldeten Bächen nicht.*

Redet der Autor hochtrabend über die Sinnsprüche und Zitate, die Koans und Kommentare, auf die er überall traf? Ihm wurde klar, dass er sie noch nicht einmal verstand. Daher suchte er ernsthaft weiter und kam letztlich zu einer Auseinandersetzung mit dem Dharma, die er ausführlich in seinem Gedicht beschrieb. Sie fand ihren Höhepunkt in:

*Mein Block des Zweifels zersprang  
und zerfiel mit einem Krach!  
Wie ich mein Haupt erhob, umher zu blicken,  
sah ich, dass die Sonne schon immer rund war.  
Danach wanderte ich weiter,  
klump klump,  
klack klack,  
Und war seitdem  
voller Freude.*

*Den Leib nun gefüllt,  
Habe ich meinen Anteil gegessen,  
Bin ich nicht länger auf der Suche  
mit der Bettelschale in der Hand. [ZD 247 - 8 rev.; T 51, 288c]*

Der Autor dieses Gedichtes war Luohan [Lo-han/Rakan c.866 - 928]. Sein Schüler Fayan [Fayen/Hôgen; 885 - 958] wurde Begründer der Zen-Schule, die seinen Namen trägt. Als sie in Luohan's Kloster aufeinander trafen, fragte er Fayan, warum er nicht auf Pilgerfahrt sei. Fayan: „Ich weiß nicht“. Der Meister: „Nicht zu wissen ist das Vertrauteste!“ Das verhalf Fayan zu seinem Durchbruch.

Fürchtet Euch nicht davor, wirklich nichts zu wissen. Das ist der Eingang. Aber bleibt nicht darin stecken. Dies ist das Thema des zweiten Abschnittes.

## **2. Die Krankheit der stillen Meditation**

Wenn du in deiner Zen-Praxis den Zweifel nicht entfachen kannst, entwickelst Du vielleicht eine Abneigung gegen die Welt der Bedingungen. Daher flüchtest Du Dich an einen stillen Ort und versinkst in Zazen-Meditation. Du bist ganz fasziniert davon, welche Energie sie dir verleiht. Wenn Du aber aufstehen und etwas tun musst, missfällt Dir das. Auch dies ist bloß Dein schwankender Geist; es ist nicht Zen.

Beim langen Sitzen in Zazen, in Stille versunken; inmitten dieses mystischen Dunkels, verschmelzen die Sinne, Objekte und Gegensätze lösen sich auf. Aber selbst wenn Du vom *Dhyana* absorbiert wirst, ohne jegliche Bewegung des Geistes, ergibt sich kein Unterschied zum Hinayana [das „kleine Fahrzeug“ der Selbsterleuchtung]. Schon beim kleinsten Kontakt mit der Welt fühlst Du Dich wegen des Verlustes Deiner Freiheit unwohl: Ein Geräusch, ein Blick, und Du wirst von Furcht ergriffen. So verängstigt, wirst Du wie von Dämonen besessen und begehst schlimme Taten. Letztlich verschwendest Du eine ganze Lebensspanne in vergeblicher Praxis. Das alles, weil Du es anfangs verfehlt hast, den Zweifel zu entfachen, und so keinen echten Führer gesucht hast, oder ihm nicht vertraut hast. Stattdessen sitzt Du halsstarrig und selbstzufrieden in Deinem stillen Loch. Selbst wenn Du auf einen guten Lehrer oder Dharma-Freund triffst – wenn Du Deinen Irrtum nicht unverzüglich erkennst, mögen unzählige Buddhas erscheinen und das Dharma predigen und wären doch nicht in der Lage, Dich zu retten.

### **Kommentar**

In diesem zweiten Abschnitt widmet sich Boshan der Krankheit, an der stillen Meditation zu haften. Solltet Ihr der Meinung sein, über die in Abschnitt Eins angeführte Krankheit intellektueller Verstrickungen hinausgekommen zu sein, dann wird Euch wohl dieser Abschnitt aus Eurem Schlummer reißen. Der Knackpunkt dieses Abschnittes (und der folgenden beiden) liegt in der Warnung, Schutz vor dem Sturm in der augenscheinlichen Ruhe einer totenstillen Höhle zu suchen. Ist Euer Zazen eine Flucht vor inneren und äußeren Problemen? Das ist kein Zen, das ist der Tod des Zen. Beim Großen Zweifel geht es nicht darum, unsere aktuellen Probleme zu ignorieren: Er öffnet uns ihnen gegenüber, und führt uns zu ihrem Ursprung.



Boshan spricht schlecht von der Verwirklichung, die im Mittelpunkt des „Hinayana“ steht. Dieser abfällige Begriff – Hinayana – wird im Zen häufig für Praktizierende benutzt, die in selbst-bezogenen Zuständen stecken bleiben. Es geht hier nicht um eine sektiererische Kritik der Nicht-„Mahayana“-Schulen des Buddhismus (Mahayana: „großes Fahrzeug“, das alle errettet), auch wenn Boshan sich an dieser Stelle nicht der Kritik entziehen kann. Ich vertraue aber darauf, dass er sich demütig der „politischen Korrektheit“ beugen würde.

Wertvoll ist an seinen Ausführungen jedenfalls der Punkt, dass auch tiefgehende meditative Zustände verlockende Fluchtwege sein können. Aufgepasst! Wie in der einführenden Lesung angemerkt ist, ist echtes „Nur-Sitzen“ genug – **wenn es den gesamten Weg geht**. Wenn nicht, könntet Ihr Euren Gleichmut komplett verlieren, sobald jemand in den friedlichen Zustand eindringt, den Ihr mit Eurem Sitzen kultiviert. Euer schwankender Geist findet sich erschrockener und frustrierter als je zuvor, gar nicht mehr friedlich, wie von Dämonen besessen, wie es Boshan nannte. Mal ganz ehrlich: Wie kann sich Euer ursprünglicher Zweifel eigentlich **nicht** erheben?

Im Kommentar zum ersten Abschnitt habe ich eine knappe Blaupause für das Durchbrechen des Großen Zweifels angesprochen. Wenn sie auch nützlich ist, es ist doch nicht mehr als eine Blaupause. Was kommt denn nun tatsächlich bei der Übung in Euch hoch? Bringt genau **das** im Einzelgespräch vor – nicht das, von dem Ihr **denkt**, es sollte hochkommen. Andernfalls überdeckt Ihr wahrscheinlich die tatsächlichen Anliegen, denen wir unsere Aufmerksamkeit zuwenden müssten. Das führt uns zum dritten Abschnitt.

### 3. Die Krankheit des Unterdrückens

Wenn du in deiner Zen-Praxis den Zweifel nicht entfachen kannst, unterdrückst Du vielleicht Gefühle und das unterscheidende Bewusstsein, so dass keine Täuschungen aufkommen können, um Dich dann in diesem vermeintlich ruhigen und klaren Zustand einzurichten. Aber damit verfehlst Du gänzlich, zur Wurzel des Bewusstseins durchzubrechen und ergehst Dich stattdessen in seiner Reinheit.

Sogar wenn Du aus diesem scheinbar reinen und klaren Zustand alles praktizierst und verstehst, tauchen deine Emotionen und dein unterscheidendes Bewusstsein wieder auf, sobald dich jemand auf deinen Fehler hinweist - wie ein Flaschenkürbis, der unter Wasser gedrückt wurde.

Auch dies ist ganz einfach Dein schwankender Geist, es ist nicht Zen. Und all das, weil Du es, seit Du Dein erstes Koan aufgegriffen hast, unterlassen hast, diesen Zweifel zu entfachen. Auch wenn Du alle Täuschungen so unterdrücken könntest, dass sie nicht länger aufkämen, wäre es, als würdest Du versuchen, Gras mit einem Stein niederzudrücken [die Täuschungen wachsen einfach um ihn herum]. Und wenn Du das nicht hinbekommst, wird das karmische Bewusstsein wieder aufgerührt, sobald Du in Kontakt mit der Welt der Bedingungen gerätst. Selbst wenn Du tatsächlich jegliches karmische Bewusstsein abschneidest und anhältst, bedeutet das nur, den ketzerischen Pfad toter Leerheit einzuschlagen. In dem so erzeugten, reinen Zustand überzeugst Du Dich dann selbst davon, Heiligkeit oder Erleuchtung erlangt zu haben.

Mach auf diese Art weiter und Du wirst arrogant. An diesem Zustand haftend wirst Du wie von Dämonen besessen sein. Verstrickt in der Welt, andere mit Deiner Ignoranz täuschend, wirst Du damit enden, schwere Verfehlungen zu begehen, das Vertrauen anderer in den Dharma zu missbrauchen und den Pfad des Erwachens zu verbauen.

### **Kommentar**

Dies sind Ermunterungen und Ermahnungen – ernsthafte Warnungen – und hier, zum Ende des dritten Abschnittes, läuft Boshan zur Hochform auf. Seine Aussagen müssen für sein Umfeld Relevanz gehabt haben, und ich bin mir sicher, sie haben es auch für Euch.

Im vorliegenden Kontext sind unterscheidendes Bewusstsein und karmisches Bewusstsein im Grunde die gleiche Täuschung. Solange die täuschende Natur all dieser Arten von Bewusstsein – und damit die große Angelegenheit von Leben-und-Tod – nicht entschieden durchbrochen wurde, bleibt die große Versuchung bestehen, sich von ihr abzuwenden und sie zu verneinen.

Der Punkt in diesem Abschnitt ist einfach, aber grundlegend: Verdrängung funktioniert nicht. Schon der Versuch selbst ist Ausdruck des in die Irre geleiteten Bewusstseins. Jeder Versuch, das Problem im Rahmen des Bewusstseins zu lösen, muss scheitern. Dagegen kommen im Großen Zweifel alle Aktivitäten des Bewusstseins auf natürliche Weise zu ihrem Ende. Sie werden nicht unterdrückt. Vor ungefähr 40 Jahren hat mein Dharma-Großvater Zenkei Shibayama gesagt:

Oft treffe ich auf Leute, die naiv glauben, dass das *samadhi* in der Kunst oder der Nicht-Geist meisterlicher Fähigkeiten das Gleiche seien wie Zen, weil oberflächliche Ähnlichkeiten bestehen. Ihrer Meinung nach gibt es ganz selbstverständlich ein Zen des Tanzens, Zen der Malerei, Zen des Klavierspiels oder Zen der Arbeit. Es handelt sich dabei aber um ein ganz leichtsinniges Missverständnis. Es ist ihnen nicht gelungen, den grundlegenden Unterschied zwischen Zen und dem völligen Aufgehen in einer Kunst oder einer Fertigkeit zu sehen. [Barrier, 75]

Ganz sicher gibt es ursprüngliches Zen-Handeln. Doch aus was geht es hervor? – Das ist die Frage. Es ist nicht nur der Ausdruck eines geistigen Zustands, das völlige Aufgehen in einer Sache oder Unterdrückung. Eine entscheidende Frage, wenn wir es in der Arbeit, im Spiel, in der Welt weiter vertiefen. Alleine mit einem schreienden Baby oder einer geliebten-Person, die stirbt – was tust Du?

### **4. Die Krankheit der Leere**

Wenn du in deiner Zen-Praxis den Zweifel nicht entfachen kannst, kommst Du vielleicht dahin, die physische und geistige Welt als schlechthin entleert anzusehen, ohne etwas, woran festzuhalten oder dem anzuhängen wäre. Unfähig, Deinen eigenen

Körper und Geist oder die Welt um Dich herum wahrzunehmen, Innen und Außen verleugnend, machst Du alles zu Leerheit. Dann glaubst Du, dieses Entleeren sei Zen und von dem, der alles entleert, er sei ein Buddha. Du stellst Dir vor, die vier Haltungen des Gehens, Stehens, Sitzens und Ruhens würden in Leerheit getan. Auch das ist ganz einfach Dein schwankender Geist; es ist nicht Zen.

Wenn Du auf diese Art weitermachst, endest Du in falscher Leerheit, versunken in dunkelster Ahnungslosigkeit. Hältst Du daran fest, wirst Du wie von Dämonen besessen und verkündest, Du hättest Erleuchtung erlangt. Und alles nur, weil Du nicht verstanden hast, dass das nichts mit wahrer Zen-Untersuchung zu tun hat. Würdest Du wahrhaftig suchen, so würdest Du mit einem einzigen Koan den Zweifel entfachen und ihn wie ein rasiermesserscharfes Schwert schwingen, das jeden auslöscht, mit dem es in Kontakt kommt. Ansonsten, selbst wenn Du einen Zustand der Leerheit erreichst, in dem kein Gedanke aufkommt, ist das doch nur Ahnungslosigkeit und fern vom Ziel.

## **Kommentar**

Haftet nicht an, auch nicht an der „Leerheit“! Von außen gesehen scheint das Nonsens zu sein: Wenn da nichts ist, wie kann man daran anhängen? Und doch ist es genau das, was passieren kann. Durch ordentliche Praxis und Lebensführung ist es ziemlich einfach, von den meisten Anhaftungen frei zu kommen. Darin könnt Ihr es zu einigen Fähigkeiten bringen. Dann richtet Ihr Euch eine Zeitlang in Eurem hübschen kleinen Loch ein und mieft die Umgebung voll.

Das klappt nicht. Ein echtes Koan, dem Ihr Euch gründlich widmet, würde genügen. Also, wie macht **Ihr** weiter: Den Rest Eurer Tage zwischen der Qual endloser Zweifel und der Vergeblichkeit toter Leerheit schwanken oder ein für alle Mal den Großen Zweifel durchbrechen? Dahui, den ich bereits in der Einführung erwähnt habe, sagte dazu: „Dieses Fehlen jeglichen Halts ist der Zeitpunkt, Euren Körper und Euer Leben loszulassen.“ (SF 12 rev.)

Lasst in beständiger Praxis alles los, standhaft durch Großes Vertrauen und motiviert von Großem Zweifel. Richtet Euch auch nicht in der übrig bleibenden „Leerheit“ ein. Boshan macht den Weg frei, indem er jeden Fluchtweg abschneidet.

## **5. Die Krankheit der Spekulation**

Wenn du in deiner Zen-Praxis den Zweifel nicht entfachen kannst, endest Du vielleicht damit, dass Dein karmisches Bewusstsein über die alten Koans spekuliert und doch nur nachlässig an ihrer Oberfläche herumkratzt. Das erklärst Du dann zur ganzen Wahrheit oder zumindest zur halben, zum Absoluten, zum Relativen, dieses zum Herrn und jenes zum Knecht, Einheit als erlangt, mit klaren und einfachen Worten usw., während Du Dich alle Nase lang selbst dafür lobst, höchstes Verständnis erreicht zu haben. Selbst wenn Du alles deuten und alles und jeden hinweg argumentieren

könntest, während Du die Worte der Alten als Deine eigenen ausspuckst, ist auch dies nur Dein schwankender Geist; es ist nicht Zen.

Du merkst nicht, dass Du bloß die Worte und Zitate der Alten nimmst und wie einen zusammengeballten Baumwollfaden kaust, unfähig ihn zu schlucken oder auszuspeien. Wie soll so etwas einen Weg zur Befreiung Anderer hervorbringen? Wie soll das andere zu echter Erkenntnis führen? Entfachst Du im Gegenteil dazu den Zweifel und wirfst Dich selbst hinein, dann wird sich das karmische Bewusstsein von allein auflösen, ohne dass Du bis zu Deinem Lebensende darauf warten musst, und verwirrende Erklärungen werden auf ganz natürliche Weise zur Ruhe gebracht.

### **Kommentar**

Dieser fünfte Abschnitt über das Anhängen an Spekulationen ähnelt dem ersten über das Anhängen am Intellektuellen. Kaugummi-Zen: Schmeckt einen Moment lang in Mund und Geist, lässt sich vielleicht zu der einen oder anderen Blase aufpusten, aber verliert bald darauf seinen Geschmack. Zuckerwatte-Zen: Löst sich auf, ohne unseren wahren Hunger zu stillen.

Eine ganze Anzahl von Zen-Begriffen werden hier angesprochen. Diese Begriffe waren zu Boshans Zeiten offenbar in aller Munde – für einen Moment wurden sie gern gekaut und dann verkürzt wieder ausgespuckt. Zum Beispiel „Einheit erlangen“ – dies ist der fünfte der Fünf Ränge des Dongshan Liangjie [Tung-shan Liang-chieh/Tozan Ryôkai 807 - 869]. Ein tiefgehender poetischer Begriff des Zen, geprägt von dem Mitbegründer der Sôtô Tradition. Wie verlockend, über solche lebendigen Begriffe zu spekulieren und sie blöd nachzuquatschen. Und ihnen damit ihre Lebendigkeit zu nehmen. Glasklar, welche Einstellung Boshan zu solchem Spekulieren und Zen-Gerede hat.

Sagt mir, wie Ihr es zum Ausdruck bringt, hier und jetzt? In der Einführung sprach ich das Koan an, dass Sprache und Stille voneinander abhängig sind; wie können wir dann frei sein? Wie kann man es zum Ausdruck bringen, ohne auf Zen-Rhetorik zurückzugreifen?  
[Schweigen]

Und wenn zwei Liebende herumturteln,  
sagen sie immer noch „Ich liebe Dich.“  
Darauf kannst Du Dich verlassen.

[“As Time Goes By”, Songtext von Herman Hupfeld, aus dem Film *Casablanca* (1942)]

Wenn das karmische Bewusstsein zu einem Ende kommt, werden dann all unsere anderen Verstrickungen auch einfach so aufhören? Lasst es mich für unsere Zwecke etwas passender machen: Wenn das Erwachen total und unmittelbar ist, warum ist dann die Übung endlos? Die Sonne geht zu einem bestimmten Zeitpunkt auf. Damit bricht der Tag an und alles ist klar erleuchtet; Schnee und Eis jedoch brauchen Zeit zu schmelzen. Zu einem bestimmten

Zeitpunkt wird ein Baby geboren, jedoch braucht es Jahre, um zu laufen, zu sprechen und anderen zu helfen. (siehe Zongmi [Tsong - mi/Shûmitsu; 780 - 841] 153)

Auf gleiche Weise ist authentisches Erwachen von Natur aus unmittelbar, total und vollständig; es in jedem Aspekt unseres Handelns, Sprechens und Denkens in die Welt zu bringen ist jedoch etwas ganz anderes. Es braucht Praxis, den Großen Zweifel zu entfachen und zu durchbrechen, und es braucht die Praxis danach. Vernachlässigt keine von beiden, und verwechselt die eine nicht mit der anderen.

Dahui sagte gerne: „Geht einfach zu den Wurzeln, sorgt Euch nicht um die Zweige.“ (SF 2, 45, 109). Im gegebenen Kontext: Geht jetzt zu den Wurzeln, die Zweige werden zur rechten Zeit blühen. Die Übung muss im Erwachen kulminieren – und endlos sein. Wie kulminiert Praxis im Erwachen? Und wie ist sie endlos? Reine Spekulation bringt uns nicht weiter. Wumen [Wumen / Mumon 1183 - 1260] sagt im Kommentar zum ersten Fall des Mumonkan: „Bring diesen Block des Zweifels mit Deinem ganzen Körper hervor.“

## **6. Die Krankheit, Geister zu sehen**

Wenn du in deiner Zen-Praxis den Zweifel nicht entfachen kannst, schlussfolgerst Du vielleicht: „Körper und Geist hängen vom Zusammenfließen flüchtiger Bedingungen ab. In all dem jedoch findet sich etwas, das kommt und geht, frei sowohl von Bewegung wie von Ruhe, ohne Form und Substanz, von den Sinnesorganen her leuchtend. Ausgedehnt füllt es das Universum, zusammengeführt bleibt kein Staubkorn zurück.“ Mit diesem Verständnis scheiterst Du schon beim bloßen Versuch, den Zweifel zu entfachen oder ihn genau zu untersuchen, und maßt Dir stattdessen an, der großen Frage auf den Grund gekommen zu sein. Auch dies ist nur Dein schwankender Geist; es ist nicht Zen.

Es wird Dir nicht begreiflich, dass das, was Du tust, keinesfalls das Durchbrechen des samsarischen Geistes von Leben-und-Tod ist, sondern das Entzücken über Dein Verständnis – Dein irregeleitetes Spiel mit Geistern. Wenn Dein Licht verlöscht [der Tod naht], wirst Du Deinen wertvollen Halt verlieren. Dann wirst Du von Deinen sogenannten Geistern fortgeschleppt und Deine karmische Schuld zu begleichen haben. Ist es Dir gelungen, eine Menge gutes Karma anzuhäufen, könntest Du im Reich der Menschen oder der Götter wiedergeboren werden. Blickst Du dann erneut dem Tod ins Gesicht, wirst Du Dich schreien hören: „Das Buddha-Dharma hat keine Macht zur Errettung!“ Mit solcher Verunglimpfung fällst Du in die Hölle der hungrigen Geister – und nur der Himmel weiß, wie lange es dauert, dort heraus zu kommen. Besser, Du suchst einen wahren Dharma-Freund und vertiefst Dich mit ihm in diese Frage, weil Dein selbstgefälliger Geist hier keine Hilfe sein wird.

### **Kommentar**

In diesem Abschnitt über den Glauben an Geister spielt Boshan mit den Ängsten der Gläubigen, um sie zur wahren Praxis aufbrechen zu lassen. Ganz gefesselt von ihren

Mutmaßungen objektivieren sie die geistigen Konstrukte, verwandeln sie in etwas, das Boshan Dämonen nennt. Der Gläubige ist von ihnen besessen, und sie lassen ihn in die Falle endloser Verwirrung tappen.

Welche Täuschungen sind Euch geblieben? Gebt Euch ganz hin und **durchschaut es jetzt**. Dann arbeitet noch härter daran, alle Verstrickungen aufzulösen.

## 7. Die Krankheit des Auslebens

Wenn du in deiner Zen-Praxis den Zweifel nicht entfachen kannst, denkst Du vielleicht: „Augen sehen, Ohren hören, die Zunge spricht, die Nase riecht, die Hände greifen, die Füße laufen. All dies ist die wahre Natur des spirituellen Selbst!“ Daraus folgerst Du, Du seiest erleuchtet und machst Dich daran, Leute anzuglotzen, sie vollzuquatschen, auf dieses zu deuten und gegen jenes zu treten – und denkst dabei, all dies sei die Verkörperung des Buddha-Dharma. Auch dies ist nur Dein schwankender Geist; es ist nicht Zen.

Seit jeher wurde so ein Unsinn mit vorübergehendem Wahnsinn verglichen, oder damit, mit grimmigem Blick und eingefrorener Miene auf dem Stuhl des Meisters zu sitzen. Was wird Dir das angesichts des Todes nutzen? Noch schlimmer sind jene, die diesen Krempel an nachfolgende Generationen übertragen und ohne die geringste Scham die Spenden jener annehmen, die ihnen vertrauen. Werden sie nach dem Dharma gefragt, schreien sie oder lachen laut auf. Sie haben sich selbst nie wirklich erforscht, das heißt, sie können ihre samsarische Lebenswurzel nicht durchtrennen. In dieser Situation werden auch unzählige gute Taten zum Werk des Teufels. Und all das, weil sie nicht erkannt haben, dass sie mit ihren Errungenschaften weit vom Ziel entfernt sind.

### Kommentar

Hier kommt Boshan wieder auf die Krankheit zurück, Zen-Handlungen nachzumachen. Er wird auch noch in späteren Abschnitten gegen diese Verfälschungen vom Leder ziehen. Dieses Performance-Zen hatte offenbar ziemliche Auswüchse angenommen– ganz im Unterschied zu hier und jetzt! [Gelächter]

In den Abschnitten sechs und sieben erwähnt Boshan:

„Körper und Geist hängen vom Zusammenfließen flüchtiger Bedingungen ab. Wie dem auch sei, in all dem findet sich etwas, das kommt und geht, frei sowohl von Bewegung wie von Ruhe, ohne Form und Substanz. Ausgedehnt füllt es das Universum, zusammengeführt bleibt kein Staubkorn zurück!“

„Augen sehen, Ohren hören, die Zunge spricht, die Nase riecht, die Hände greifen, die Füße laufen. All dies ist die wahre Natur des spirituellen Selbst!“

Solche Sätze müssen zu jener Zeit populär gewesen sein und Boshan unterzieht sie ernster Kritik. Allerdings scheinen sie aus Sätzen klassischer Zen-Texte wie etwa *The Record of Linji* [Rinzai], den niedergeschriebenen Äußerungen des Vaters des Rinzai-Zen, zusammengeschustert worden zu sein:

Ihr Gefährten auf dem Weg, Geist ist ohne Form und durchzieht die zehn Richtungen.  
„In den Augen wird es Sehen genannt, in den Ohren heißt es Hören.  
In der Nase nimmt es Gerüche wahr, im Mund führt es Gespräche.  
Mit den Händen greift es und packt an, mit den Füßen läuft und trägt es.“  
Grundsätzlich ist es reines Strahlen, aufgespalten wird es zu den sechs harmonisch vereinten Sphären der Sinne. Wenn der Geist leer ist, bist Du befreit, wo immer du seiest. [RL 165 rev.]

Gefährten, wenn Ihr wünscht, Dharma zu sein, braucht Ihr bloß keine Angst zu haben.  
„Ausgedehnt füllt es den gesamten Bereich des Dharma, zusammengezogen kann nicht das kleinste Haar darauf stehen.“ Ein einziges klares und strahlendes Leuchten, hat nie etwas daran gefehlt. [RL 287]

Worin liegt der Unterschied zwischen diesen Äußerungen? Sucht die Antwort nicht in den Wörtern!

## **8. Die Krankheit des Asketentums**

Wenn du in deiner Zen-Praxis den Zweifel nicht entfachen kannst, könntest Du besessen von einem Ziel werden, Dich zwanghaft mit dem Erreichen der Befreiung beschäftigen oder Dich sogar extremer Askese unterwerfen und weder Schatten im Sommer noch Wärme im Winter suchen. Nach einem Kleidungsstück gefragt, gibst Du deine gesamte Garderobe fort. Wenn du dabei erfrieren würdest, würdest du das als Befreiung betrachten. Nach Nahrung gefragt, würdest Du auf das Essen verzichten. Wenn du dabei verhungern würdest, würdest du auch das als Befreiung betrachten. Diese Einstellung nimmt vielerlei Form an, aber ganz allgemein gesagt ist sie Ausdruck des Wunsches, zu besitzen und zu erobern. Deshalb endest Du damit, die Unwissenden zu täuschen, die Dich für einen lebenden Buddha oder Bodhisattva halten, und die alles geben, was sie können. Die Menschen bemerken nicht, dass hier die buddhistischen Gebote missbraucht werden und dass all diese Taten schädlich sind.

Andere, die den Dharma üben, verbrennen Teile ihres Körpers als heilige Opfer, oder hören nicht auf, Buddha zu preisen und ihre Verfehlungen zu bekennen. Vom weltlichen Standpunkt gesehen ist das gewiss tugendhaft. Aus wahrhaft religiöser Sicht ist es jedoch bedeutungslos. Wie seit eh und je gesagt wurde: „Haftet niemals an Ausdrücken des Dharma.“ Die Verehrung des Buddha ist so ein Anhaften, ebenso wie die Bekenntnisse. Alle guten Dinge des Buddha-Dharma sind von dieser Art. Ich

spreche gar nicht davon, auf sie zu verzichten, sondern davon, sie mit einsgerichtetem Geist zu verrichten, so dass die Wurzeln all dessen genährt werden, was gut ist. Wenn sich Dein Dharma-Auge öffnet, wirst Du sehen: Das Auffegen aller Rauchopfer ist an sich bereits Buddha-Arbeit.

## **Kommentar**

Solche Übungen tragen ganz besonders bei einem Retreat zur Reinigung und Vorbereitung bei. Aber man darf sie nicht mit dem Weg verwechseln. Jede dieser noblen Handlungen kann vom Ego-Selbst verdorben sein. Ja, auch das Sitzen in Meditation. Es braucht eigentlich nicht erwähnt zu werden, dass es auch nicht weiterhilft, solche Übungen voreilig abzulehnen, und sich in einer „anything goes“-Haltung einzurichten, wie wir in den beiden folgenden Abschnitten sehen werden. „Von einem Ziel [z.B. der Erleuchtung] besessen zu sein, zwanghaft der Freiheit nachzujagen“ ist gleichermaßen nicht der Weg – wie Boshan in der Einleitung dieses Abschnittes gesagt hat. Das gilt auch für den Großen Zweifel:

Sie [augenlose Priester] sagen den Übenden, dass es keinen Fortschritt im Zen geben kann, solange sie nicht den Block des Großen Zweifels hervorbringen und durchbrechen. Anstatt sie darin zu unterweisen, im ungeborenen Buddha-Geist zu leben, fangen sie an, sie unter Druck zu setzen, damit sie den Block des Zweifels auf irgendeine Weise hervorbringen. Leuten, die gar keinen Zweifel haben, wird damit einer aufgesetzt. Sie haben ihren Buddha-Geist in Zweifelsblöcke verwandelt. Das ist völlig falsch. [Unborn 57 rev.; 35]

Ban kei hat völlig Recht. Das ist absolut kein Großer Zweifel. Das ist fehlgeschlagener Großer Zweifel – verdreht zu einem Ziel, das das Selbst dann zu erreichen versucht. Das Erwachen des Großen Zweifels liegt genau vor Euren Füßen! Daher beendet Boshan diesen Abschnitt nicht mit irgend einem übermenschlichen, asketischen Bravourstück, sondern mit der demütigen, tagtäglichen Verrichtung, Asche aufzufegen. Seht selbst: wenn die Augen geöffnet sind, gibt es nichts, das zu erreichen oder loszulassen ist. Großer Zweifel, ganz zu schweigen von Großem Erwachen – wie auch Bankeis „... sie im ungeborenen Buddha-Geist zu leben lehren“ - sind nur wie die Träume der vergangenen Nacht.

## **9. Die Krankheit der Selbstzufriedenheit**

Wenn du in deiner Zen-Praxis den Zweifel nicht entfachen kannst, verfallst Du vielleicht in selbstzufriedenes und ungezügelteres Verhalten. Du singst, tanzt usw., wenn Du andere Leute triffst. Am Fluss und unter Bäumen rezitierst Du Poesie, schwätzt herum oder lachst. Ohne Rücksicht auf die anderen prahlst Du in der Öffentlichkeit herum und bildest dir ein, die große Sache aufgelöst zu haben. Siehst Du einen ehrenwerten Lehrer eine Meditationshalle eröffnen, Regeln für die Sangha verlesen, Zazen praktizieren, den Namen Buddhas anrufen und andere tugendhafte Dinge tun,



lachst Du höhnisch und verfluchst ihn. Weil Du unfähig bist, wahrhaftig zu praktizieren, störst Du jene, die dazu in der Lage sind. Unwissend, wie man ernsthaft die Sutren rezitiert, seine Religion ausübt oder seine Fehler bekennt, behinderst Du die Anderen. Du unterbrichst jene, die sich ernsthaft erforschen und bist unfähig dazu, es selbst zu tun. Du kannst keine eigene Meditationshalle eröffnen und legst Dich deshalb mit denen an, die das gemacht haben. Du unterbrichst jene, die das wahre Dharma lehren, und bist unfähig dazu, es selbst zu tun. Siehst Du einen verdienten Lehrer, wie er vor einer großen Versammlung einen Dharma-Vortrag hält, ersinnst Du komplizierte Fragen und ergehst Dich in albernen Diskussionen, gibst einen Zenschirei von Dir oder verteilst Klapse. Der verdiente Lehrer erkennt solche Dinge als nicht mehr als Gespenster in Deinem Kopf, die ihre Spielchen treiben. Wenn er keine Nachsicht zeigt, verbreitest Du aus der Luft gegriffene Gerüchte: „Er versteht das Dharma-Gesetz nicht, wie schade!“

Dein schwankender Geist ist davon wie besessen: Machst Du so weiter, schlägst Du teuflische Wege ein und begehst ernsthafte Verfehlungen. Ist Dein gutes Karma erst einmal abgebaut, fällst Du in die Hölle unablässigen Leidens: „Auch gute Absichten haben schlechte Folgen.“ Ach!

## **Kommentar**

Auf abschreckende Weise zeigt Boshan in diesem Abschnitt jene, die versuchen, ihr Leiden zu verneinen, indem sie pathetische Possen treiben und als vervollkommnete Männer und Frauen herumstolzieren. Ernüchternde Worte für uns alle.

Wir kommen zum Ende dieses Retreats. Unsere gründliche Praxis ist natürlich wertvoll. Aber wahre Praxis ist nicht irgendwas, das wir manchmal **tun** – z.B. während intensiver Retreats oder in der täglichen Praxis. Um sein zu können, was sie wirklich ist, muss sie zu dem werden, was wir **sind**. Dann kann sie auf ganz natürliche Weise vergessen werden.

## **10. Die Krankheit, sich aufzuspielen**

Wenn du in deiner Zen-Praxis den Zweifel nicht entfachen kannst, verdrießen Dich vielleicht die Regeln der Sangha. Manche wollen vielleicht tief in die Berge gehen, wo weit und breit niemand ist. Für eine Weile könnten sie dort ganz zufrieden sein, die Augen schließen und ihren Geist in Einklang bringen, mit ihren Beinen im vollen Lotus und den Händen in dankendem Gebet. Nach ein paar Monaten oder Jahren werden sie allerdings feststellen, dass sie vom Weg abgekommen sind. Andere kommen nach nur ein paar Tagen Zazen dahin, Bücher zu lesen und Gedichte zu verfassen. Selbstzufrieden schließen sie ihre Tür und dämmern dahin. Von weitem mögen sie würdevoll erscheinen, aber aus der Nähe betrachtet kennt ihr Verfall keine Grenzen. Andere sind wie jugendliche Strolche, die gierig herumschleichen und weder Scham noch Furcht vor den Konsequenzen des Karmas kennen. Sie spielen sich auf, reden, als ob sie im Wissen wären und betrügen damit die Unwissenden: „Ich traf

einen großen Lehrer! Er übertrug das Dharma an mich!“ usw. Sie nehmen die Unwissenden in ihre Gefolgschaft auf, haben mit ihnen Umgang, oder machen sie gar zu ihren Jüngern. Sie tun Zen-mäßig und jene eifern ihnen nach.

Ihre Fehler sind ihnen nicht bewusst, sie wissen gar nicht, wie sie sich selbst erkennen oder Reue zeigen können, und wie man sich auf die Suche nach einem wahrhaftigen Lehrer oder Dharma-Freund macht. Arrogant und rücksichtslos verbreiten sie fürchterliche Lügen. Sie sind einfach erbärmlich. Kürzlich sind einige ihrer Sangha überdrüssig geworden und versuchen jetzt selbst, sich einzurichten. Es sollte einem kalt den Rücken runterlaufen!

Wenn Du wahrhaftig den Weg suchst, so vertraue ich darauf, dass Du solche Ansichten verwerfen wirst. Dann kannst Du Dich mit anderen in der Sangha auf die Suche machen und gemeinsam daran arbeiten, die wichtigen Dinge im Auge zu behalten. Auch wenn Du den Weg nicht erkennst, wirst Du doch letztlich nicht auf so einen schlechten Pfad abgleiten. Wenn Du auf dem Weg bist, musst Du Dich vor diesen Gefahren in Acht nehmen.

### **Kommentar**

In diesem letzten Abschnitt setzt Boshan die beispielhafte Aufzählung des Kostüm-Zen, seiner Auswüchse und Unzulänglichkeiten fort. Auch heute kann es eine große Verlockung sein, in die Natur zu gehen und frei von künstlichen Beschränkungen zu praktizieren. Aber solange Eure Entscheidung nicht gefestigt und klar ist, werdet Ihr voraussichtlich fehlgehen.

Drei Dinge werden häufig für die Zen-Praxis als wesentlich bezeichnet: 1. Großes Vertrauen [ 大信根 ; wörtl. Great Root of Trust], 2. Große Entschlossenheit [ 大憤志 ], 3. Großer Zweifel. Ich glaube, für uns hier reicht es, echtes Großes Vertrauen und echten Großen Zweifel zu zeigen. Große Entschlossenheit kann zu leicht in fehlgeleitete und zerstörerische Willenskraft umschlagen, wie Boshan in Abschnitt Acht über die Krankheit der Askese sagte. Der chinesische Zen-Meister Gaofeng Yuanmiao verglich im 13. Jahrhundert die Große Entschlossenheit mit der „Leidenschaft, die Dich ergreift, wenn Du den Feind triffst, der Deinen Vater erschlug, und ihn umgehend mit Deinem Schwert in zwei Teile zerteilen willst.“ (ZD 246)

Der letzte Abschnitt unterstreicht den Wert der gemeinsamen Praxis, in der jeder jeden unterstützt. Die letzte Zeile ermahnt uns, uns der Gefahren bewusst zu sein. Der Begriff, der hier als „in Acht nehmen“ übersetzt wurde, ist das gleiche chinesische Zeichen wie die „Ermahnungen“ im Titel. Boshan endet mit der Erinnerung daran, uns selbst zu mahnen und zu warnen.

Ich bin mir sicher, dass Ihr bei diesem Retreat auf das gestoßen seid, was Euch von der vollständigen Versenkung abhält. Setzt die Arbeit, die wir hier ernsthaft begonnen haben, fort: Schaut hinein, arbeitet es durch, dann lasst es los. Werft Euch in Euer alltägliches Leben hinein, so wie Ihr Euch hier in Eure Übung hineingeworfen habt.

Wie schon in der Einleitung angesprochen: wenn Euer Zweifel echt ist, wird er Euer alltägliches Leben nicht beeinträchtigen, sondern sich als genau das erweisen, was Ihr braucht. Nehmt Ihr ihn an, könnt Ihr Euch den Anderen öffnen, ihnen Raum geben, und ganz direkt auf ihre wahren Bedürfnisse eingehen. Auf diese Weise können sich die Beziehungen zu anderen verändern. Hier haben die Zen-buddhistische Tradition – und ich als einer ihrer armseligen Repräsentanten – viel Raum zum Lernen und Wachsen. Vielen Dank für Eure wertvolle Teilhabe und unverwandte Aufmerksamkeit.