

ANGELIKA MALINAR

geb. 1961 in Oldenburg; ab 1981 Studium der Indologie und Philosophie in Tübingen; mehrere Studienaufenthalte in Indien; 1987 Magister Artium mit einer Arbeit über indische Ästhetik. 1987-1988 Mitarbeiterin im Tübinger Purāna-Projekt; 1991 Promotion mit der Dissertation Rājavidyā: das königliche Wissen um Herrschaft und

Verzicht. Studien zur Bhagavadgītā (erscheint 1995 in Wiesbaden). Seit 1991 wissenschaftliche Assistentin am Seminar für Indologie und vergleichende Religionswissenschaft in Tübingen. Forschungsschwerpunkte: Indische Philosophie, Geschichte des Hinduismus, Epos und Purāna-Literatur, neuere Hindi-Literatur. Anschrift: Seminar für Indologie und vergleichende Religionswissenschaft, Münzgasse 30, D-72070 Tübingen.

Ruben L.F. Habito

## Zen und die menschliche Existenz

Es muß gleich zu Beginn erwähnt werden, daß der Zen-Buddhismus<sup>1</sup> nicht-theistisch ist, d.h. daß er sich überhaupt nicht mit dem Begriff Gottes oder der Frage nach Gottes Existenz oder Nichtexistenz beschäftigt. Sein sowie des Buddhismus allgemein zentrales Interesse gilt der Lösung der fundamentalen Probleme menschlicher Existenz, die in dieser Tradition als *dukkha* (das Unbefriedigende) charakterisiert werden.

Wir müssen daher klarstellen, daß unsere Aufgabe in diesem Artikel nicht darin besteht, aus dem Zen-Buddhismus irgendeinen Gottesbegriff oder eine Gotteslehre abzuleiten. Es geht vielmehr darum, mit dem Zen-Buddhismus ins Gespräch zu kommen und sorgfältig und aufmerksam darauf zu hören, was er hinsichtlich unserer *menschlichen Existenz* sagt. Auf der Grundlage solch aufmerksamen Hinhörens können wir dann einige Überlegungen für Christen, die sich an einem *theo-logischen* Vorhaben beteiligen, anstellen<sup>2</sup>.

Dieser Aufsatz besteht aus zwei Abschnitten: Der erste untersucht Schlüsselemente der Praxis und Lebensweise des Zen-Buddhismus;

der zweite bietet *theo-logische* Überlegungen zu den Implikationen des Zen-Lebens für ein christliches Gottesverständnis.

### I. Zen: Das erweckte Leben

Zen definiert sich selbst über einen vierfachen Katalog von Merkmalen, die - so heißt es - von *Bodhidharma* stammen, jenem auf vielen Zen-Gemälden dargestellten bärtigen Asketen, der diese Weise der Meditationspraxis um die Zeit des sechsten Jahrhunderts unserer üblichen Zeitrechnung von Indien nach China brachte. Diese Merkmale sind im folgenden Vers enthalten:

«Nicht auf Worten oder Buchstaben beruhend, (ist es) eine besondere Mitteilung jenseits der Schriften, direkt auf den menschlichen Geist zielend, jemandes Wesen sehend, erweckt seiend.»<sup>3</sup>

Es wird daher wiederholt betont, daß Zen keine Lehre oder Philosophie ist, die in verbaler und begrifflicher Weise dargestellt und erklärt werden kann, sondern eher eine *Praxis und Lebensweise*, die auf der Erfahrung gründet, «jemandes (wahres) Wesen zu sehen» und dadurch «erweckt zu sein (d.h. ein Buddha oder Erweckter zu werden)».

#### 1. Entleeren des Ich-Bewußtseins

Die Mitte dieser Lebensweise ist die Praxis der sitzenden Meditation, auch *Zazen* genannt.

Zazen ist der Ort, wo wir alles das erschließen können, was Zen ausmacht, Zazen ist die Achse des erweckten Lebens. Es beinhaltet, daß man aufrecht mit gekreuzten Beinen und geöffneten Augen sitzt (entweder auf einem Kissen oder auf einem niedrigen Stuhl) und in dieser Haltung tief, aber regelmäßig atmend, den Geist im Hier und Jetzt zur Ruhe kommen läßt. Sein Angelpunkt ist das *Entleeren* des Ich-Bewußtseins, die Aufgabe jener Denkweise, die unser Sein spaltet in Subjekt und Objekt, Sehenden und Gesehenes, Hörenden und Gehörtes, Denkenden und Gedachtes, Selbst und Anderes, wie auch all die anderen Oppositionen, die wir in unserem Leben finden: Geburt und Tod, Freude und Schmerz, Gut und Böse, Hier und Dort, Jetzt und Danach. Mit anderen Worten, durch Zazen tritt der Praktizierende in einen Prozeß ein, der in totaler Selbst-Entleerung gipfelt. Indem man in dieser Praxis reift und zur Vollendung gelangt, werden die oben erwähnten Oppositionen überwunden, und man erreicht einen Zustand reinen Bewußtseins (*samadhi*). Solch ein Zustand der Bewußtheit wird auch «Nichtdenken» genannt (japan. *hishiryo*). Es muß jedoch erwähnt werden, daß dieser Zustand nicht mit Geistesabwesenheit, völliger Passivität oder Bewußtseinsverlust verwechselt werden darf. Ganz im Gegenteil impliziert er ein totales Engagement des Sitzenden. Dies ist sehr gut aus dem folgenden Abschnitt aus den Schriften Dogens, eines japanischen Zen-Meisters des 13. Jahrhunderts, herauszulesen:

«Einmal, als der große Meister Hung-tao von Yueh shan saß und meditierte, fragte ihn ein Mönch: «Was denkst du, da du so unverwandt darsitzt?» Der Meister antwortete: «Ich denke an das Nicht-Denken.» Der Mönch fragte: «Wie denkst du über das Nicht-Denken nach?» Der Meister antwortete: «Nichtdenkend.»<sup>4</sup>

Wir werden nicht auf die technischen Einzelheiten, die in der seit langem bestehenden Debatte über das «Nicht-Denken» miteingeschlossen sind, eingehen, sondern schlicht feststellen, daß es sich weder um «Introspektion», in der das Subjekt seiner selbst innewird, aber dennoch in einer Weise, die mentale Objekte denkt, handelt, noch um das Einstellen aller

mentalener Fähigkeiten. Vielmehr überwindet man in diesem Zustand der Bewußtheit die normale Denkweise, die zwischen Subjekt und Objekt unterscheidet, und erreicht ein *Bewußtsein des puren Seins* (im engl. Original: *being*, d.h. das «Sein» im prozeßhaften Sinne; A.d.Ü.).

## 2. Rückkehr in die konkrete Welt

Dieses Bewußtsein des puren Seins ist nicht etwas, das sich in einem Vakuum ereignet, sondern in den und durch die sehr konkreten historischen Rahmenbedingungen, die jemandes Zen-Praxis bedingen, d.h. man sitzt da, mit gekreuzten Beinen, geradem Rücken, geöffneten Augen, man atmet ein und aus, in diesem Raum (oder wo auch immer) und zu diesem bestimmten Zeitpunkt. Kurz, es ist keine «außerkörperliche» Erfahrung, sondern ein äußerst konkrete Formen annehmendes Ereignis, das in den historischen Realitäten des eigenen Seins verwurzelt ist. Und dennoch fallen an diesem bestimmten Ort und in diesem bestimmten Moment alle Grenzen von Raum und Zeit, weil es kein «Subjekt» mehr gibt, das hier gegenüber einem bestimmten objektiven Raum steht oder sitzt, und weil es keine Zeit davor oder danach gibt, die ein bestimmtes Subjekt messen oder kontrollieren kann.

Mit dem Entleeren des Ich-Bewußtseins wird auch das «Objekt», dessen man sich normalerweise bewußt ist, entleert, und daher gibt es nicht mehr ein «Äußeres», das man sehen, hören, riechen, schmecken oder berühren kann. Es gibt überhaupt «nichts mehr da draußen», und es gibt «nichts hier drinnen», das hinausblicken und etwas sehen könnte.

Diese Erfahrung des Entleerens des eigenen Selbst-Bewußtseins erweitert sich zu einer völlig *neuen Dimension*, der keine wörtliche Beschreibung gerecht werden kann (vgl. «nicht auf Worten oder Buchstaben beruhend»). Und dennoch gilt noch einmal – wie oben erwähnt –, daß dies nicht in einem Vakuum oder einer außerweltlichen Sphäre stattfindet, sondern in jemandes konkretem historisch faßbarem Verkörpert-Sein, hier und jetzt. Als solche handelt es sich um eine Erfahrung, die in einem

zweiten «Moment» einen Bogen schlägt und den Kreis mit einer Rückgewinnung dieser konkreten, historisch faßbaren verkörperlichten Weise des Seins schließt.

Das folgende Wechselgespräch wirft ein Licht auf das oben Dargestellte:

«Joshu fragte Nansen eifrig: «Was ist der Weg?» Nansen antwortete: «Der gewöhnliche Geist ist der Weg.»<sup>5</sup>

Der Zen-Meister Yamada Koun (1907-1989) erläutert: «Er ist nichts anderes als unser gewöhnliches, alltägliches Leben. Er ist aufstehen, das Gesicht waschen, frühstücken, zur Arbeit gehen, spazierengehen, rennen, lachen, weinen; die Blätter an den Bäumen, die Blumen auf dem Feld, ganz gleich ob weiß, rot oder purpurn. Er ist Geburt, er ist Tod. Das ist der Weg...»<sup>6</sup>

Aber es gibt einen Unterschied: Es ist nicht mehr das Aufstehen, das Sich-das-Gesicht-Waschen, etc. in der Weise, wie wir diese gewöhnlichen Handlungen unter der Herrschaft unseres Ich-Bewußtseins vollziehen würden. Die Blätter an den Bäumen, die Blumen auf dem Feld, etc. sind nicht mehr «außerhalb» von uns als Objekte unseres Bewußtseins. Vielmehr werden «Aufstehen», «Sich-das-Gesicht-Waschen» etc. zum vollendeten Ausdruck jenes puren Bewußtseins des Seins, von allem Ich-Bewußtsein entleert, und dennoch in der konkreten historisch faßbaren Wirklichkeit verkörpert. «Blätter an den Bäumen», «Blumen auf dem Feld», etc. werden - *von ihrer Objektivität* und von dem sie wahrnehmenden Subjekt *entleert* - auch wahrgenommen als konkrete Manifestationen des puren Seins selbst: nicht-objektiviert, unbefleckt, einmalig, *gerade so, wie sie sind*.

### 3. Ozean des Mitleidens

«Zen-Erleuchtung» enthält daher ein «Moment» der Entleerung des Ich-Bewußtseins und ein «Moment» der Rückkehr (d.h. aus diesem «leeren Ausgangspunkt, aus diesem «Bewußtsein des puren Seins») in die konkrete historische Wirklichkeit. Sie sind aber keine voneinander getrennten Ereignisse, die innerhalb eines linearen Zeitrahmens aufeinander folgen, sondern können - obwohl sie als sol-

che unterscheidbar sind - gleichzeitig und augenblickhaft sein.

Es sind viele Dinge, die zu dieser Schlüsselerfahrung, die nicht durch Worte oder Buchstaben zu beschreiben ist, zu sagen wären, aber ein wichtiger Aspekt muß noch erwähnt werden, um unsere kurze Abhandlung abzuschließen. Von denen, die den Kreis ganz geschlossen haben, wird das folgende gesagt: «Warum ist es so, daß der karmesinrote Flachs einer klar erleuchteten Person nie aufhört zu blühen?»<sup>7</sup> «Karmesinroter Flachs» ist ein anderer Ausdruck für «Tränen des Mitleids», und diese prägnante Aussage, die die ganz erleuchtete Person beschreibt, erfäßt die Mitte des erleuchteten Lebens, die in einem dritten «Moment» gipfelt: Ist erst die zwischen Selbst und Anderem trennende Grenze überwunden, erwacht man wie in einen grundlosen Ozean des Mit-Leids (wörtlich: Mit-Leiden) eingetaucht und wird *mit jedem einzelnen Atemzug eins* mit allen empfindenden Wesen in ihrem Leiden. Dieser *Ozean des Mitleids* ist die Matrix, die den Erweckten nährt und ihn befähigt, sich für konkrete Aufgaben in der historisch faßbaren Welt zu engagieren.

## II. Die gesichtslose, dreifaltige Wirklichkeit

Überflüssig zu sagen, daß die Lebensweise und Praxis des Zen-Buddhismus, die oben vorgestellt wurden, weder in expliziter Weise auf einen Gottesbegriff rekurrieren, noch daß sie dessen Anrufung in seiner Ausdrucksform innerhalb der Zen-Tradition bedürfen. Unsere Frage ist daher, was wir von der Lebensweise und Praxis des Zen-Buddhismus lernen können, das ein Licht auf ein mögliches Verständnis der christlichen Existenz, für die der Gottesbegriff so wesentlich und zentral ist, werfen könnte?

Indem wir uns dieser Frage zuwenden, wollen wir die drei oben dargestellten «Momente» im Leben nach dem Zen-Buddhismus als Basis für die weiteren Überlegungen zu dieser Fragestellung betrachten. Das erste ist die Entleerung des Ich-Bewußtseins, das zweite die Rückkehr in die konkrete Welt der historisch faßbaren Wirklichkeit und das dritte das

Bewußtsein, in den Ozean des Mit-Leids eingetaucht zu sein.

### 1. Unbekannt und Un(er)kennbar

Das erste «Moment» in der Zen-Praxis ist der Schritt in einen Bereich, der auf der einen Seite vom Ich als erfassendem Subjekt, und auf der anderen Seite von allen potentiellen, zu erfassenden Objekten entleert ist. Dies beschreibt die einleitende Erklärung des *Herz-Sutra*, ein kurzer Text, von dem es heißt, daß er prägnant das Wesentliche der Erleuchtung verdeutliche und der in den Zentren der Zen-Praxis rezitiert oder gesungen wird: «Form ist nichts anderes als Leere.» Dieser Bereich wird auf der einen Seite (vom subjektiven Standpunkt) als ein Zustand *völliger Blindheit*, und auf der anderen Seite (vom objektiven Standpunkt) als Zustand *völliger Dunkelheit* beschrieben. Es ist also das Eintreten in einen Bereich, der ganz und gar unbekannt und un(er)kennbar ist (d.h. insofern, als «Kennen» und «Wissen» ein «Erfassen einer objektiven Realität durch ein bewußtes Subjekt» implizieren). Wenn die Rede von Gott in diesem Kontext irgendeinen Sinn machen soll, ist es die Rede von Gott als dem letztlich nicht-objektivierbaren, nicht-vorstellbaren Unbekannten und Un(er)kennbaren, den keine Beschreibung durch Worte oder begriffliche Fassung jemals erreichen kann. Es ist ein unergründlicher Bereich, «zu tief für Worte»<sup>8</sup>, ein Bereich, der – um mit Augustinus zu sprechen – *intimior intimis meis*, mir näher ist als ich mir selbst nahe bin.

### 2. Erleuchtet als eine «neue Schöpfung»

Doch wenn man nur in diesem Bereich weilt, ist man für immer in diesem Unbekannten verloren, unfähig zu sehen, zu sprechen oder gar sich zu bewegen. Es ist das zweite «Moment», das die *Verwirklichung* (im engl. Original «real-ization», A.d.Ü.) der Zen-Erfahrung in der historischen Welt möglich macht: Hier schließt sich der volle Kreis, und man kehrt in die sehr konkrete Wirklichkeit, in das Hier und Jetzt des eigenen verkörperlichten Seins zurück. In diesem Augenblick wird die zweite Feststellung des *Herz-Sutra*, die direkt auf die

erste folgt, verständlich: «Leere ist nichts anderes als Form.» Mit anderen Worten, der Bereich der Leere beginnt eine *historische und greifbare Gestalt und Form* anzunehmen, ganz gleich ob als Farbe, wie der braune Fleck an der Wand, oder als Geräusch, wie das Niesen eines in der Nähe befindlichen Menschen, oder als Schmerz im eigenen Bein, etc. In diesem «Moment» beginnt die göttliche Dunkelheit hell zu werden und manifestiert sich im ganz normalen Geist, im «Aufstehen, Gesichtwaschen, Frühstücken», so wie in «Blättern an den Bäumen», «Blumen im Feld», etc. *Aber es gibt einen Unterschied*: Man erfährt jedes Ereignis, jeden Aspekt seines gewöhnlichen Lebens *aus seinem Urgrund der Leere*, d.h. als «durch die göttliche Dunkelheit erleuchtet».

Dieser «Unterschied» klingt auch in *Paulus' Ausruf* in Gal 2,20 an: «Nicht mehr ich lebe, sondern Christus lebt in mir.» Und diesem Beispiel folgend, können wir einen flüchtigen Schimmer des inneren Lebens eines solchen Menschen wahrnehmen: Nach Paulus' Worten lebt der, der in das Geheimnis des Todes und der Auferstehung Christi eingetaucht ist und der im eigenen Selbst (Ich-Bewußtsein) gestorben ist, nun in der Neuheit des Lebens in allem, was er ist und tut. Entleert vom Selbst und eintretend in den Bereich jenseits allen Wissens, wird man erfüllt von der vollendeten Fülle Gottes (vgl. Eph 3,18-19). Jedes Ding und jeder Augenblick werden durch die Teilhabe an der Fülle des Geheimnisses, «*in Christus*»<sup>9</sup> zu sein, als eine neue Schöpfung erfahren.

### 3. Leiden mit allen, Mit-Leiden

Im dritten «Moment» wird man sich mit jedem Atemzug der Tiefen des Ozeans des Mit-Leidens bewußt und identifiziert sich mit dem Leid aller empfindenden Wesen. In christlicher Terminologie heißt das: Die Neuheit des Lebens «in Christus» zu leben bedeutet gleichfalls als jemand zu leben, der mit all denen, die der gekreuzigte Christus umarmt, mitleidet. Daher ist man, wenn man von der Neuheit des Lebens in Christus erfüllt ist, *mit jedem Atemzug* auch in den Ozean des Mit-Leids, den wahren *Geist Christi*, eingetaucht und identifiziert sich mit dem Schmerz all

derer, die leiden. Dieses Mit-Leid ist es, was einen befähigt, sich auf konkrete Weise für die Linderung dieses Leidens einzusetzen, in diesem Licht konkrete Entscheidungen zu fällen und seine Pflicht in der gegebenen, historisch faßbaren Situation zu erfüllen.

### III. Im Innersten des Kreises

Das oben Erwähnte zusammenfassend, öffnen uns die drei «Momente» des erweckten Lebens im Zen-Buddhismus die Augen für eine dreieinige Wirklichkeit, die die wahre *Mitte der christlichen Existenz* ist. Es ist eine «dreieinige», d.h. dreifaltige Wirklichkeit, und doch ist sie gleichzeitig ein und dieselbe. Das «dreifaltig» besteht erstens im Unbekannten und Un(er)-kennbaren, das außerdem die unergründliche Quelle von allem ist (Joh 1,18, 6,46); zweitens in dem Einen, in dem alle Dinge zu ihrem Sein kommen, und zwar manifestiert und verkörpert in der konkreten geschichtlichen Wirklichkeit (Joh 1,14); und drittens im Ozean des Mit-Leids, der die ganze Schöpfung erhält und vereint, der Leben gibt und es mit Leben erfüllt (Gen 1,2; Joh 6,63). Dieses «Dreifache» ist ein und dieselbe Wirklichkeit, die

sowohl der «Urgrund» wie die «Vollendung» der christlichen Existenz ist.

«Gesichtslos» wäre ein treffender Ausdruck für die Beschreibung dieser dreieinigen Wirklichkeit der christlichen Existenz: Es gibt keine Möglichkeit, sie in irgendeinem ihrer drei «Momente» als ein «außenstehendes Objekt» (d.h. als etwas, das einem selbst als Subjekt gegenüberstehe) wahrzunehmen. Vielmehr erwacht man ganz schlicht zu seinem wahren Selbst als sich eben in der Mitte dieser dreieinigen Wirklichkeit – des Unbekannten, des Manifesten und des Ozeans des Mit-Leids – befindend. Mit anderen Worten, man sieht nicht ihr «Gesicht», da man sich im eigentlichen *inneren Kreis* ihres wirksamen Lebens befindet.

«Sein ursprüngliches Gesicht wiederfinden»<sup>10</sup> (ein Ausdruck des Zen Buddhismus; er bedeutet: Zu seinem wahren Selbst erwachen, welches der Schlüssel zur Überwindung der Unzulänglichkeit «*dukkha*», die die irdische Existenz kennzeichnet, ist) meint daher, sich im eigentlichen Inneren dieser gesichtslosen, dreieinigen Wirklichkeit zu ver-wirklich-en – mit jedem Atemzug und in jedem Augenblick des Lebens.

<sup>1</sup> Zen ist die japanische Form des gleichen Ideogramms, das ebenso als *Chan* (chinesisch), *Son* (koreanisch) oder *Thien* (vietnamesisch) ausgesprochen wird.

<sup>2</sup> Zu den methodischen Voraussetzungen, die sich durch die Auseinandersetzung mit anderen religiösen Traditionen als Quelle für die christliche theologische Forschung ergeben, vgl. F.X. Clooney, *Theology After Vedanta: An Experiment in Comparative Theology* (New York 1993).

<sup>3</sup> Vgl. als Nachweis R. Habito, *Healing Breath: Zen Spirituality for a Wounded Earth* (New York 1993) 21-37.

<sup>4</sup> Dogens «Lancet of Seated Meditation» (Original in Japanisch), übersetzt von C. Bielefeldt, *Dogen's Manuals of Zen Meditation* (Berkeley 1988) 188-189; Der Originaltext in: D. Okubo (Hg.), *Dogen Zenji Zenshu 1* (Tokio 1969) 90-101.

<sup>5</sup> K. Yamada, *The Gateless Gate* (Tucson 1990) 93.

<sup>6</sup> AaO. 94-95.

<sup>7</sup> AaO. 99.

<sup>8</sup> Vgl. T. Hall, *Too Deep for Words* (New York 1988).

<sup>9</sup> Zur weiteren Entfaltung dieses Themas des erweckten Lebens «in Christus» vgl. R. Habito, *Total Liberation: Zen Spirituality and the Social Dimension* (New York 1989) 1-9.

<sup>10</sup> Zu der Anekdote über Zen, in der dieser Ausdruck

auftaucht, vgl. R. Aitken, *The Gateless Barrier* (San Francisco 1990) 147-154.

Aus dem Englischen übersetzt von Astrid Dehé.

### RUBEN L.F. HABITO

ist Professor für Weltreligionen und Spiritualität an der Perkins School of Theology, Southern Methodist University, und Resident Teacher des Maria Kannon Zen-Zentrums in Dallas/Texas, USA. Er wurde 1947 auf den Philippinen geboren und arbeitete von 1970 bis 1989 als katholischer Missionar und Erzieher in Japan. 1978 schloß er seine Promotionsstudien über den Buddhismus an der Universität von Tokio ab und lehrte an der Sophia-Universität. Er praktizierte Zen bei Yamada Koun Roshi und wurde 1988 zum Zen-Lehrer ernannt. Zu seinen veröffentlichten Werken zählen u.a. *Total Liberation: Zen Spirituality and the Social Dimension* (New York 1989), dt. Ausgabe: *Barmberzigkeit der Stille* (München 1990) und *Healing Breath: Zen Spirituality for a Wounded Earth* (New York 1993) sowie zehn weitere Bücher in japanischer Sprache. Anschrift: Southern Methodist University, Perkins School of Theology, Dallas, TX 75275-0133, USA.