

## **Verwirklichung und Gleichgewicht in dieser Welt (*Genjō kōan*)**

Die wörtliche Übersetzung der japanischen Bezeichnung *Genjō-kōan* bedeutet das „verwirklichte Gesetz der Welt oder des Universums“, also die Buddha-Lehre oder der Dharma. Durch die Verwirklichung kommt es zu einer Einheit zwischen diesem Gesetz und dem wahren Leben in dieser Welt, so dass die ganze Wirklichkeit voll zum Zuge kommt. Dieses Kapitel gehört zweifellos zu den wichtigsten des *Shōbōgenzō* und stand daher in einer kürzeren Fassung von fünfundsiebzig Kapiteln ganz am Anfang.

Auf dem Buddha-Weg ist es wichtig, dass wir uns sowohl der Vielfalt der Welt als auch der Lehre des Dharma anvertrauen und nicht durch unnötigen Aktionismus versuchen, die Erleuchtung und Verwirklichung der Wahrheit mit Gewalt und zum eigenen egoistischen Vorteil zu erreichen. Aber ohne Anstrengung geht es auch nicht. Die Täuschungen, die im ersten Satz des folgenden Zitates aus dem *Shōbōgenzō* angesprochen werden, sollten wir so klar wie möglich erkennen und sie nicht innerhalb der Täuschungen selbst weiter verstärken und fortsetzen. Dadurch würden wir uns immer weiter vom Dharma, also von dem wahren Gesetz der Welt, entfernen.

Selbst mit äußerst geschärften Sinnen, also dem ganzen Sein von Körper und Geist, ist es unmöglich, die Wirklichkeit und Wahrheit dieser Welt zu erkennen. Eine darauf sich stützende Erfahrung würde immer nur eine begrenzte Sicht offenbaren und wäre blind für andere Seiten.

Wir wollen jetzt den ersten zentralen Absatz des Kapitels genauer untersuchen. Wir wenden dabei die von Nishijima Roshi entwickelte Interpretation des Inhalts an, denn sonst laufen wir Gefahr, uns in Widersprüche zu verstricken. Widersprüchlichkeit lehnte Dōgen selbst entschieden ab. Er sagte, dass die Lehre des Buddhismus gerade im Zen niemals unlogisch und gegen die Vernunft sei – wer das behauptete, habe den Zen-Buddhismus überhaupt nicht verstanden.

Der erste Absatz dieses Kapitels lautet wie folgt:

- (1) „Wenn alle Dharmas (Dinge und Phänomene) als Buddha-Dharma (Buddha-Lehre) verstanden werden, dann gibt es Täuschung und Verwirklichung, gibt es Praxis, gibt es Leben und Tod und gibt es Buddhas und gewöhnliche Wesen.
- (2) Wenn die unzähligen Dharmas nicht vom Selbst (also ohne Subjekt) sind,

gibt es keine Täuschung und keine Verwirklichung, keine Buddhas und keine (gewöhnlichen) Wesen und kein Leben und keinen Tod.

(3) Die Wahrheit des Buddhas übersteigt ursprünglich Überfluss und Knappheit (also Bewertungen), und daher gibt es (wirklich) Leben und Tod, gibt es Täuschung und Verwirklichung und gibt es (gewöhnliche) Wesen und Buddhas.

(4) „Und obgleich dies so ist, fallen nur die Blüten, während sie geliebt werden, und gedeiht das Unkraut, während es ungeliebt ist.“

Was will uns Meister Dōgen mit diesen überaus wichtigen, aber nicht gerade einfach zu verstehenden Sätzen sagen? Zweifellos gehören sie zum Kern der zenbuddhistischen Lehre überhaupt, aber werden manchmal missverstanden oder als unverständlich beiseite geschoben.

Beim genauen Lesen dieser vier Sätze können wir erkennen, dass in diesem Abschnitt verschiedene Sichtweisen oder besser gesagt Lebensphilosophien dargestellt werden. Im ersten Satz wird ausgedrückt, dass zwischen Täuschung und Verwirklichung, zwischen Praxis und Handeln, zwischen Leben und Tod und zwischen Buddhas und gewöhnlichen Menschen unterschieden wird, wenn die Welt und das Leben auf der Grundlage einer idealistischen Methode des Denkens verstanden werden. Zu diesem Denken und diesen Ideen gehören auch die Theorie und Lehre des Buddha-Dharma. Dem liegt meistens die Vorstellung eines getrennten, denkenden Ich zugrunde.

Im zweiten Satz wird dagegen eine ganz andere Grundlage und Methode des Denkens gewählt. Es handelt sich hier um den materialistischen Standpunkt, der durch die Formulierung gekennzeichnet ist, „wenn die unzähligen Dharmas alle nicht vom Selbst sind“, also kein subjektives Denken besteht und scheinbar die objektive Welt erkannt wird. Dann gibt es überhaupt keinen Unterschied zwischen Täuschung und Verwirklichung, Buddhas und gewöhnlichen Menschen oder Leben und Tod. Mit anderen Worten: Die Bedeutungen dieser Begriffe und Gedanken können dann gar nicht erkannt und verstanden werden, denn aus materialistischer Sicht kann man zum Beispiel nicht von Täuschung oder Verwirklichung, von Buddhas und gewöhnlichen Menschen usw. sprechen. Die materielle Sicht erkennt nur das wahrgenommene Äußere an und kennt keine spirituellen oder geistigen Inhalte. Dies entspricht weitgehend dem Verständnis der westlichen Naturwissenschaft und Technik.

Allerdings ist bekannt, dass Albert Einstein, der wohl größte Physiker des vergangenen Jahrhunderts, ein religiöser Mensch war und die Grenzen eines materiellen Verständnisses der Welt klar erkannt und formuliert hat. Für die ebenfalls überragenden Physiker, Max Planck und Werner Heisenberg, gilt Ähnliches. Wir können daher feststellen, dass ein nur materialistisches Weltbild auch in der modernen Naturwissenschaft seit mehr als einem Jahrhundert überholt ist. Auch der Sozialwissenschaftler Niklas Luhmann erklärte, dass die Welt von unendlicher Komplexität sei und mahnt uns damit zur intellektuellen Bescheidenheit. Ein nur materielles Weltbild muss daher in der Tat als naiv und oberflächlich bezeichnet werden.

Der erste und zweite Satz im obigen Zitat geben demnach die Weltanschauungen und Sichtweisen des Idealismus und Materialismus wieder, und beide fallen in die Gruppe intellektueller verstandesmäßiger Philosophien. Diese verstandesmäßigen Weltanschauungen und Philosophien sind aber etwas grundsätzlich anderes als die praktischen und wahren Dimensionen der Wirklichkeit des obigen dritten und vierten Satzes. Im dritten Satz wird die umfassende Buddha-Wahrheit beschrieben und die Lebenspraxis dargestellt, die über Theorie, Denken und Bewertungen hinausgeht. Sie ist die wahre Wirklichkeit.

Im vierten Satz sagt uns Dōgen, dass wir nicht in einer idealen Welt wie in einem Paradies leben, sondern dass wir es mit fallenden Blüten und wucherndem Unkraut zu tun haben, aber dass wir uns davon nicht entmutigen lassen sollen, da wir im Besitz der Buddha-Wahrheit und der Übungspraxis sind.

Mit diesen Formulierungen werden nicht starre Einheiten oder Entitäten sondern Abläufe und Vorgänge beschrieben, so wie sie in der Wirklichkeit geschehen. Dōgen betont an anderer Stelle, dass insbesondere unsere Vorstellungen und vor allem unsere Bewertungen oft statisch und dauerhaft sind und dass wir diese häufig mit der Wirklichkeit verwechseln. Wenn wir das erkennen und verwirklichen, erwachen wir im Sinne von Gautama Buddha.

Dann geht Dōgen auf das für ihn so wichtige Handeln des Menschen ein und sagt, dass wir bei Zielen, die dem Eigennutz dienen, uns selbst in Täuschungen und Illusionen verfangen. Wenn dagegen die zehntausend Dharmas dieser Welt uns aktiv zum Tun und Handeln bringen, wir also ohne eigene Gier nach Ruhm

oder Profit so handeln, wie es die Situation erfordert, ist dies Erwachen. Dies sind auch Kernaussagen zur richtigen Zazen-Praxis, die nicht mit der Gier nach Erleuchtung belastet und verzerrt werden darf.

Anschließend wird der Dharma-Weg wie folgt erläutert:

„Buddhas Wahrheit zu erlernen bedeutet, uns selbst zu erlernen. Uns selbst zu erlernen bedeutet, uns zu vergessen. Uns zu vergessen bedeutet, von den vielen, vielen Dharmas erfahren zu werden. Von den vielen, vielen Dharmas erfahren zu werden bedeutet, unseren eigenen Körper und (denkenden) Geist und den Körper und Geist der äußeren Welt fallen zu lassen.“

Wir müssen uns also auf dem Buddha-Weg von vorgefassten und eingefahrenen Gedanken, Vorstellungen und Gefühlen befreien, um offen für eine neue Entwicklung und Wahrheit zu sein. Dabei ist es notwendig, sich für die Vielfalt der Welt zu öffnen und sie zu erfahren. Es ist weiterhin wesentlich, sich von der Fixierung auf den subjektiven Körper und denkenden Geist, also dem Ich, zu befreien und, wie Dōgen sagt, „Körper und (denkenden) Geist fallen zu lassen“. Wir können uns also nur selbst wirklich erkennen, wenn wir unser altes Ich vergessen: „Zen-Geist ist Anfänger-Geist“, nannte das Meister Shunryu Suzuki. Wir müssen auch die sogenannte objektive Welt des Äußeren und des Körpers sowie den eigenen ruhelosen Geist „fallen lassen“. Im Sinne von Nishijima Roshi bedeutet dies nichts anderes, als sich von den Lebensphilosophien und Lebensdimensionen des einseitigen Idealismus oder Materialismus zu trennen und sich von den damit verbundenen beengten Vorstellungen und Gedankenkonstrukten zu befreien. Wir sollten uns daher auch nicht in der einseitigen Welt der sinnlichen Wahrnehmungen und in deren vordergründigen Genüssen verlieren.

Die meisten Menschen haben sicher eine mehr oder minder feste Vorstellung von einem unveränderlichen eigenen Ich oder Selbst, das sich zwar im Laufe des Lebens in gewissem Umfang verändert und vielleicht auch weiterentwickelt, das aber doch einen konstanten Ich-Kern besitzt. Gautama Buddha hat in aller Klarheit darauf hingewiesen, dass dies ein Irrtum und eine uns lieb gewordene Illusion ist.

Dōgen erläutert diesen Zusammenhang durch ein Gleichnis: Wenn man in einem Boot sitzt, auf dem Meer fährt und dabei nur das ferne Ufer und Land beobachtet, denkt man, dass man selbst still steht und sich das Land, also die

Außenwelt, bewegt. In diesem Sinne glauben wir an ein feststehendes und dauerhaftes Ich. Wenn wir im Boot jedoch nach unten schauen, also die Boots-kante und direkt das durchfahrene Wasser ansehen, stellen wir fest, dass wir uns selbst bewegen und das Land und die Küste ruhig und unbeweglich daliegen. In ähnlicher Weise ist es Meister Dōgen zufolge ein grundsätzliches Missverständnis, dass der Körper und denkende Geist, also das Ich, dauerhaft und unvergänglich sind und sich nur die Umgebung verändert oder verändern muss. Wenn wir dagegen die Illusion eines statischen und „dinghaften“ Ich aufgeben und das Handeln im Augenblick in den Mittelpunkt stellen, können wir unmittelbar in der Wirklichkeit und Wahrheit leben. Diese buddhistische Lehre und Erfahrung ist vielleicht zunächst verblüffend kann im praktischen Leben eine große Kraft entfalten.

In einem weiteren Gleichnis erläutert Dōgen die Eigenständigkeit der verschiedenen Dinge, Phänomene und Zustände in dieser Welt: Wenn das Feuerholz zu Asche verbrannt ist, sind Feuerholz und Asche zwei völlig verschiedene Situationen, die im Hier und Jetzt jeweils ganz unabhängig voneinander da sind, obgleich wir sie durch unser Denkvermögen meistens unbemerkt und automatisch verbinden. Diese Verbindung ist aber in der Wirklichkeit auf diese Weise gar nicht vorhanden. In der Wirklichkeit kann sich die Asche niemals wieder zurück in das Feuerholz verwandeln. Das Feuerholz und die Asche haben damit je ihren eigenen Platz in der Welt und im Dharma. Ähnlich ist es beim Menschen: Das Leben und der Tod sind jeweils eigenständig, und nach dem Tod kann sich das Leben nicht wieder zurückverwandeln. In der wahren Sichtweise des ganz kurzen Augenblicks der Gegenwart gibt es damit kein Entstehen und Vergehen, sondern die Umstände existieren je für sich und offenbaren dann den Dharma und die Wahrheit.

Für einen solchen Zustand der Wahrheit oder Erleuchtung verwendet Dōgen das im Buddhismus häufige Bild des Mondes:

„Ein Mensch, der Verwirklichung erlangt, ist wie Mond, der sich im Wasser spiegelt und verweilt: Der Mond wird nicht nass, und das Wasser wird nicht zerteilt. Obgleich das Licht (des Mondes) weit und groß ist, verweilt es in einer (kleinen) Fläche von einem Fuß oder einigen Zentimetern (der Breite und Länge). Der ganze Mond und der ganze Himmel verweilt sich in einem Tautropfen auf einem Grashalm und in einem einzigen Wassertropfen.“

Dieses poetische Bild des sich spiegelnden und verweilenden Mondes macht deutlich, dass es in der Wirklichkeit keine gegenseitigen Behinderungen, Einengungen oder Verkrampfungen gibt. Dabei sollten wir nach Dōgen vom jetzigen Augenblick ausgehen und gleichzeitig darüber nachsinnen, wie lang oder wie kurz ein Augenblick wohl ist. Weiterhin können wir fragen, wie eng oder wie breit wohl der Himmel und der Mond sind.

Am Beispiel der Fische im Wasser und der Vögel in der Luft erläutert Dōgen dann, dass jedes Lebewesen seinen eigenen Platz, seinen Lebensraum, sein Handeln, seine Verwirklichung und seine Wahrheit in der Welt hat. Wenn ein Fisch das Wasser verlässt, muss er sterben, und wenn ein Vogel vom Himmel auf die Erde herunterfällt, stirbt er ebenfalls. Wenn der Fisch und der Vogel in ihrem angestammten Element bleiben, haben sie ihren richtigen Platz in der Welt und im Dharma.

Schon Gautama Buddha wies darauf hin, wie vielfältig die jeweiligen Sichtweisen und Verständnismöglichkeiten der Welt sind: Der Ozean ist für die Fische ein Palast, für die Götter eine Perlenkette. Der Buddha-Weg bedeutet, dass wir aus dem Staub und Dunst des sogenannten normalen Lebens hinaustreten, so dass die üblichen räumlichen oder psychischen Grenzen und Hindernisse nicht mehr bestehen. Dōgen sagt weiter:

„So können wir das Wasser als Leben verstehen und den Himmel als Leben verstehen. Vögel sind Leben, und Fische sind Leben. Es mag wohl sein, dass Vögel und Fische Leben sind. Und jenseits dessen mag es immer noch eine Weiterentwicklung geben. Genau so ist es mit unserer Praxis-und-Erfahrung, mit (unserer) Lebenszeit und unserem Leben.“

Wenn wir so unseren Platz finden, ist dieses Handeln ohne jeden Zweifel die Welt und das Universum selbst.

Weiter heißt es:

„Wenn ein Mensch in diesem Zustand Buddhas Wahrheit praktiziert und erfährt, erlangt er einen Dharma und durchdringt ein Dharma und er begegnet dem Handeln und vollzieht das Handeln. In diesem Zustand existiert der Ort und wird der Weg gemeistert, und daher ist der zu erkennende Bereich nicht (unbedingt) offensichtlich.“

Am Ende dieses wichtigen Kapitels gibt Dōgen eine Kōan-Geschichte wieder: Ein Meister fächelt sich zur Kühlung Luft zu, weil es heiß ist, als ein Mönch

vorbeikommt und offensichtlich eine intelligente Bemerkung anbringen will: Er sagt, die Luft habe die allgemeine Eigenschaft, überall anwesend zu sein. Dem Meister ist sofort klar, dass der Mönch abstrakten allgemeinen Gedankengängen verhaftet und nicht offen für das praktische und konkrete Hier und Jetzt ist. Er ist sicher tief von seiner eigenen großartigen Intelligenz und seinem Wissen der Buddha-Lehre überzeugt. Auf die dann folgende Frage dieses Mönchs, warum sich der Meister denn die Luft zufächle, antwortet dieser daher einfach, es gebe in der Tat keinen Ort in der Welt, an dem keine Luft vorhanden sei – inhaltlich also genau dieselbe Aussage, die der Mönch vorher verkündet hatte. In der Kōan-Geschichte wird dem Mönch durch diese eigentlich logisch überflüssige Wiederholung jedoch schlagartig klar, dass allgemeine theoretische Kenntnisse und angelernte sogenannte Weisheiten etwas ganz anderes als die Wirklichkeit selbst sind, die man unmittelbar erlebt und erfährt. Wenn einem zu heiß ist, kann man sich durch den Fächer direkt Kühlung verschaffen und erfährt direkt die kühlende Luft, und das genau ist die Wirklichkeit. Daher setzt der Meister die Unterhaltung mit dem Mönch nicht fort, sondern fächelt sich einfach weiter die kühlende Luft zu. Durch dieses Handeln gelangt der Mönch von allgemeinen und abstrakten Ideen und seinem angelerntem Wissen unmittelbar zur Wirklichkeit des Hier und Jetzt. So fiel es dem Mönch durch das Handeln des Meisters wie Schuppen von den Augen und sein Körper und Geist erfuhren sicher eine ganz neue frische Kraft. Dies ist das verwirklichte Leben und Universum.