

Paper given at the symposium "Stille als Musik" in Bale, 12/15/2014

Stille und Erwachen

Das Thema ist schwierig. Nicht, weil es ungewohnt ist. Sondern weil es einen Widerspruch enthält: Wie soll man über Stille sprechen können? Könnte man darüber nicht nur schweigen? Vielleicht so, wie Wittgenstein meinte "Wovon man nicht sprechen kann, darüber muss man schweigen."¹

Das Thema ist für mich auch persönlich schwierig. Denn "Erwachen" ist offenkundig ein Thema insbesondere der fernöstlichen Tradition, und dieser fühle ich mich besonders nahe – es ist aber nicht leicht, öffentlich über sein Herz zu sprechen.

1. "Erwachen" in der abendländischen Philosophie

Daher wähle ich einen Umweg. Ich äußere mich nicht gleich direkt zur Sache. Sondern suche erstmal halbwegs festen Boden zu schaffen, indem ich darauf hinweise, dass "Erwachen" auch in der abendländischen Philosophie ein Thema ist – vielleicht sogar das Grundthema einer jeden anspruchsvollen Philosophie.

Nehmen wir als erstes Beispiel Heraklit (um 500 v. Chr.). Er meinte, dass unser üblicher Wachzustand noch immer ein Zustand des Schlummers ist. So wie wir die Welt für gewöhnlich sehen, erfassen wir sie noch lange nicht richtig. Wir bleiben an vordergründigen Gegensätzen hängen: Stärke gegen Schwäche, Licht gegen Dunkel, Krieg gegen Frieden, Geist gegen Natur, Gott gegen Mensch, usw. Wir erkennen nicht, dass diese Pole nicht gegeneinanderstehen, sondern zusammenhängen, dass sie nicht eigenständige Mächte sind, sondern Teile einer gemeinsamen Spannung. Erst wenn man die den Gegensätzen zugrunde liegende gemeinsame Struktur erkennt – Heraklit nannte sie *Logos* (Verhältnis) –, sieht man die Welt richtig. Man ist dann zur Einsicht in die Tiefenstruktur der Welt erwacht, anstatt immer nur an den Phänomenen der Oberfläche hängen zu bleiben. – Allerdings: Heraklit war nicht sehr optimistisch. Nur die wenigsten gelangen ihm zufolge zur Einsicht in den Logos als das Gesetz der Welt. Die meisten treiben sich – alltäglich wie philosophisch – in den Gegensätzen herum. Die neuzeitliche Philosophie, die vom Materie-Geist-Dualismus besessen ist, gab Heraklit bis heute recht; das Erwachen steht vielfach noch aus.

Platon (428/42–349/34 v.Chr.) verlangte eine ähnliche Bewegung. Wir sollen uns – das Höhlengleichnis gibt die paradigmatische Formulierung dafür² – von unserer Ausrichtung auf eine Welt bloß der Schatten lösen und zur Schau der wahren Welt der Ideen gelangen. Auch Platon zufolge ist dies ein mühsamer und anstrengender Weg, der immer wieder von Hindernissen und Rückfällen bedroht ist. Aber wer einmal zur Schau der Ideen gelangt ist, der möchte bei nichts anderem mehr verweilen. So wie man den Höhlenhocker mit Gewalt losreißen musste, um ihm den Aufstieg zur Ideenschau zu ermöglichen, so müsste man den Ideenschauer – den Erwachten – mit Gewalt in die Schattenwelt zurückzwingen. Wer einmal erwacht ist, will nicht wieder in Trübheit versinken.

Aristoteles (384–322 v.Chr.) gab der Thematik des Erwachens eine interessante Wendung. Bei Heraklit und Platon stellte das Erwachen eine Forderung an den Menschen dar. Aristoteles hingegen geht das Thema objektiv an. Wie, so fragt er, steht es mit dem Erwachtsein des

¹ Ludwig Wittgenstein, *Tractatus logico-philosophicus* [1921], in: ders., *Werkausgabe* (Frankfurt/Main: Suhrkamp 1984), Bd. 1, 7–85, hier 85 [7].

² Platon, *Politeia*, 514 a - 517 a.

Seienden, der Welt als solcher? Und seine überraschende Antwort lautet: Alles Seiende ist längst zur wahren Sichtweise erwacht. Das Erwachtsein ist ein ontologischer Grundzug von allem. Wie ist das zu verstehen? Es gibt Aristoteles zufolge ein absolut vollkommenes Seiendes: das Denken des Denkens (*nóēsis nóēseōs*). Dieses ist in seinem reinen Selbstbezug perfekt und in sich vollkommen befriedigt. Nach diesem höchsten Seinsmodus (der das Göttliche kennzeichnet) strebt nun alles andere Seiende auch. Aber es kann diesen Seinsmodus – da es nicht selber reines Denken ist, sondern Stern oder Tier oder Mensch usw. – nicht in seiner originären Form, sondern nur analog, unter Einsatz der ihm zur Verfügung stehenden Mittel nachahmen. Und so interpretiert Aristoteles die Kreisbewegung der Fixsterne als physikalischen Versuch zur Imitation der vollkommenen Bewegung des Denkens: so wie dieses rein auf sich bezogen ist und immer in sich zurück läuft, so laufen auch die kreisförmigen Bahnen der Fixsterne immer wieder in sich zurück.³ Was die Tiere angeht, deutet Aristoteles die Fortpflanzung als den Versuch, die Struktur des Ewigen zu realisieren – was qua Fortpflanzung freilich nur für die Kette der Generationen, für die Art als solche, nicht hingegen für die Individuen erreichbar ist.⁴ Einzig der Mensch vermag, da er selbst denkfähig ist, die Vollkommenheit des Denkens mit adäquaten Mitteln zu realisieren – wenngleich selbst in der philosophischen Reflexion nicht permanent, sondern nur zeitweise, und immer wieder von Unvollkommenheit bedroht. Aber in den seltenen Momenten gelingenden theoretischen Lebens besteht dann doch kein Unterschied mehr zwischen dem menschlichen und dem göttlichen Denken. – Das Interessante an Aristoteles' Konzeption ist, dass ihr zufolge nicht nur der Mensch zum Erwachen gelangen kann, sondern dass alles Seiende längst erwacht ist, indem es in seinem ganzen Sein nach der vollkommensten Seinsweise strebt, sich um diese bemüht.

Ähnliches finden wir wieder bei Hegel (1770–1831). Er ist überzeugt, dass alles Seiende logisch bestimmt ist, dass es in seinem Sein jeweils eine bestimmte logische Figur zu manifestieren, diese gleichsam aufzuführen sucht.⁵ Jedes Seiende ist nicht etwa bloß abstrakt, sondern ganz konkret, in seinem wirklichen Sein auf seine ideale Grundform bezogen. In diesem Sinn drängt alles Seiende zum Erwachen (zur logischen Idee). Und dieses wird im evolutiven Prozess immer mehr erreicht, von den anfänglichen Formen der Natur bis hin zum abschließenden wissenschaftlichen Erkennen, in welchem dieser Grundzug alles Seienden schließlich zu Bewusstsein und Selbstbewusstsein gelangt.

Das Erwachen ist also (das wollte ich mit diesem ersten Überblick zeigen) ein Grundthema auch der westlichen Philosophie.

2. Unterschiede zur fernöstlichen Meditation

Aber während im fernöstlichen Denken Stille und Erwachen zusammengehören, ist dies in der westlichen Tradition nicht der Fall. Ganz im Gegenteil: hier kommt die große Einsicht nicht auf leisen Sohlen, sondern wie ein Donnerschlag, man wird von einer Vision erfasst – und dies vorzugsweise während der Nacht.

Zwei Beispiele dafür: René Descartes berichtet, wie ihm am 10. November 1619 eine Erleuchtung zuteil wurde: "ich war voll Enthusiasmus und fand die Grundlagen einer wunderbaren Wissenschaft".⁶ Nachts hat er daraufhin drei Träume, die er als Bestätigung seiner

³ Vgl. Aristoteles, *Metaphysik* XII 7 u. 9.

⁴ Vgl. Aristoteles, *De anima* II 4, 415 a 26 – 415 b 7.

⁵ Es ist die "Natur dessen, was ist, in seinem Sein sein Begriff zu sein" (Georg Wilhelm Friedrich Hegel, *Phänomenologie des Geistes* [1807], *Werke*, Bd. 3, Frankfurt/Main: Suhrkamp 1986, 54 f. [Vorrede]).

⁶ So berichtet es sein Biograf A. Baillet, *Vie de Monsieur Des-Cartes*. Vgl. die Auszüge in Descartes, *Œuvres*, hrsg. v. Charles Adam u. Paul Tannery (Paris: Cerf 1897–1913; Neuausgabe Paris: Vrin 1964–67), Bd. X, 179;

Entdeckung versteht. Fortan wird er die Mathesis universalis, deren Idee ihm damals aufgegangen war, ausarbeiten – und so einer der Ahnväter der Irrtümer von Neuzeit und Moderne werden. Gut 300 Jahre später, im Januar 1931, durchlebt Rudolf Carnap eine schlaflose und fiebertrunkene Nacht, in der ihm schließlich die Lösung des Problems der Theorie der Syntax "wie eine Vision" kommt. Tags darauf schreibt er sie unter dem Titel 'Versuch einer Metalogik' nieder – der erste Entwurf zu seinem 1934 erschienenen Buch *Logische Syntax der Sprache*.⁷

Von Vision, von Erwachen kann in diesen Fällen gesprochen werden – aber nicht von Stille. Es gibt jedoch noch einen weiteren wichtigen Unterschied zur fernöstlichen Auffassung des Erwachens. In den genannten Fällen geht der Erleuchtung jeweils jahrelange angestrengte Reflexion voraus. An deren Ende stellt sich dann eine Vision als Lösung des zuvor reflexiv bearbeiteten Problems ein. Fernöstlich hingegen ist nicht Denken, ist nicht Reflexion der Weg zum Erwachen. Sondern dieser Weg ist die Meditation. Die ganze Haltung ist viel weniger einseitig reflexiv, sondern weitaus stärker leiblich oder ganzheitlich. Man denke nur an den Grundsatz "Im Buddhismus sind Körper und Geist eins"⁸ und an die umfangreiche Praxis der Sitzübung (Zazen) in der Sōtō-Schule. In der Meditation geht es, anders als bei den westlichen Visionen, vor allem darum, zur Stille zu kommen, zur Leere, zum Nichts.

3. Stille

Was bedeutet eigentlich 'Stille'? Wir verstehen darunter nicht nur ein akustisches Phänomen. Natürlich dies auch und meist in erster Linie. Aber wenn wir etwa von 'Meeresstille' sprechen, dann beziehen wir uns darauf, dass die Wogen geglättet sind, dass die See ruhig ist. Gewiss tritt dann auch ein akustisches Phänomen ein: es ist kein Rauschen mehr zu hören, aber der Eindruck von Stille bezieht sich doch vornehmlich auf das Aufhören von Bewegung, auf die ruhige, glatte Oberfläche der See. Oder in Bezug auf Personen sprechen wir manchmal von "stillen Wassern". Damit meint man nicht nur, dass diese Leute wenig sprechen, sondern auch, dass sie tief gründen. Wir beziehen uns hier also auf eine Besonderheit des inneren Menschen, auf die ihm eigene Tiefe – und schätzen diese mehr als das Oberflächengequacke. Oder ein anderes Beispiel: Wir sprechen gelegentlich von "Seelenruhe". Das kann bedeuten, dass jemand unerschütterlich ist, weil er ganz unbetreffbar und von daher gleichgültig gegen alles ist – wie ein gepanzerter Hornochs.⁹ Die Rede von Seelenruhe kann aber auch einen positiven Sinn haben: Man weist darauf hin, dass dieser Mensch über eine innere Balance verfügt, dass er in sich ausgeglichen ist, dass er sozusagen in seiner Eigenschwingung, seiner eigenen Grundschwingung ruht – und deshalb so wenig irritierbar ist.

Aber ist die Eigenschwingung nur Eigenschwingung? Wenn sie nicht in Resonanz mit der Umwelt stünde, könnte sie keine Ruhe garantieren, vielmehr wäre sie dann ständig Störungen ausgesetzt. Die beste Eigenschwingung ist die, die mit der Umwelt kongruent ist, wo man im Takt der Welt schwingt, mit der Welt in Resonanz steht. Der Eigenrhythmus ist dann nicht nur der eigene Rhythmus, sondern die individuelle Repräsentation des Gesamtrhythmus – und daraus resultiert die Unerschütterlichkeit.

dt. in: Stefano Poggi u. Wolfgang Röd, *Die Philosophie der Neuzeit* (München: Beck ²1999), 51.

⁷ Vgl Rudolf Carnap, *Mein Weg in die Philosophie* (Stuttgart: Reclam 1993), 82 f..

⁸ Dōgen, "Bendōwa" – "Die Darstellung des buddhistischen Weges" [1231], in: ders., *Shōbōgenzō – Die Schatzkammer der Erkenntnis des wahren Dharma*, Bd. 2, übers. v. Joseph Renner (Zürich: Theseus 1983), 169–184, hier 179.

⁹ So hat Nietzsche den stoischen Typus charakterisiert (Friedrich Nietzsche, *Nachgelassene Fragmente. Herbst 1885 bis Anfang Januar 1889*, in: ders., *Sämtliche Werke. Kritische Studienausgabe in 15 Bänden*, hrsg. von Giorgio Colli und Mazzino Montinari, München: Deutscher Taschenbuch Verlag 1980, Bd. 13, 125 [November 1887 – März 1888, 11/297]).

Aber was kann die Rede vom Takt der Welt besagen? Schwingt die Welt denn? Weist sie Resonanzen auf? Tönt sie gar? Jahrhundertlang hat man das geglaubt. Im Theorem der Sphärenharmonie hat dies seinen Niederschlag gefunden. Die Welt schwingt und tönt, und nur wer in diesen Klang eingelassen ist, wer mit ihm mitschwingt, ist in seiner Existenz nicht gestört, sondern der Ruhe und Stille fähig. Vielleicht sollte man versuchen, dieses alte Theorem der Sphärenharmonie heute mit modernen physikalischen und kosmologischen Mitteln neu zu formulieren.¹⁰ – Halten wir für den Moment fest: Die Stille kann mehr als ein nur akustisches Phänomen sein, sie kann sich auf die ganze Existenzweise und das Weltverhältnis beziehen, ja in ihrer vollkommensten Form gerade aus dem letzteren resultieren.

4. Stille und Erwachen (Dōgen)

Das ist gerade auch beim fernöstlichen Zusammenhang von Stille und Erwachen wichtig. Ich will ihm insbesondere im Blick auf die Lehren des zen-buddhistischen Patriarchen Dōgen nachgehen. Sein Satz "Das wahre Erwachen taucht durch die vollkommene Stille auf"¹¹ bildet den Ausgangspunkt der hier vorgestellten Überlegungen.

Wer war Dōgen? Da er im Westen nur Wenigen bekannt ist und selbst im Osten den jüngeren Generationen immer mehr zum Unbekannten wird, mögen einige Hinweise zur Vita angebracht sein. Dōgen lebte von 1200 bis 1253 und war der erste japanische Patriarch des Buddhismus. Mit ihm ging das Patriarchat (das zuvor, mit Bodhidharma, dem halblegendären Begründer des Zen-Buddhismus, von Indien nach China gewechselt hatte) nach Japan über. Schon früh zeigte sich Dōgen von der Frage bewegt, wozu wir denn die Erleuchtung, wenn wir sie ursprünglich bereits besitzen, noch durch Übung suchen sollen. Der Buddhismus lehrt beides, aber wie ist beides vereinbar? Sind Mönchtum und Meditation, wenn wir ursprünglich schon erleuchtet sind, überhaupt noch nötig, sind sie nicht unnütz? Dōgen hoffte, die Antwort auf die ihn bedrängende Frage während einer Chinareise zu finden (1223–27), bei der er die berühmtesten Meister aufsuchte. Ju-ching (jap. Nyojō, 1163–1228), der damalige chinesische Patriarch, erkannte Dōgen schließlich 1225 als einen Erleuchteten an und bestimmte ihn zu seinem Nachfolger. Nach Japan zurückgekehrt, hatte Dōgen in Kyōto großen Zulauf, was ihm freilich Feindseligkeiten wohletablierter und mächtiger Schulen eintrug.¹² Daraufhin zog Dōgen sich in die von ihm geliebte Bergeinsamkeit zurück und gründete in der Provinz Echizen das Kloster "Eiheji" ("Tempel des ewigen Friedens"), wo er 1253 starb.¹³ Seit 1231 hatte Dōgen Reden für ein Werk mit dem Titel *Shōbōgenzō* (*Die Schatzkammer der Erkenntnis des wahren Dharma*) niedergeschrieben. Dieses (unvollendete) Hauptwerk Dōgens wurde nach seinem Tod von seinem Schüler Ejō herausgegeben. Auf einige Kapitel daraus werde ich mich im Folgenden beziehen.

Dōgen gilt als der bedeutendste Philosoph des Zen-Buddhismus. Auf zen-buddhistische Texte – und zumal auf Dōgens Texte – treffen die gängigen westlichen Vorurteile hinsichtlich der ostasiatischen Philosophie nicht zu. Es stimmt nicht, dass diese Texte nicht argumentativ, sondern intuitiv ausgerichtet seien; dass sie einen Kult des "Unbegreifbaren" betrieben; dass sie eine religiöse Dogmatik verkündeten und auf Autorität setzten; dass sie lieber paradoxal als

¹⁰ Der interessante Versuch von Joachim Ernst Berendt, *Nada Brahma. Die Welt ist Klang* (Frankfurt/Main 1983) liegt ja schon Jahrzehnte zurück.

¹¹ Dōgen, "Bendōwa" – "Die Darstellung des buddhistischen Weges" [1231], a.a.O., 172.

¹² Der Osten ist nicht in allem anders als der Westen.

¹³ Vgl. zu Einzelheiten der Biografie: Heinrich Dumoulin, *Geschichte des Zen-Buddhismus*, Bd. 2: *Japan* (Bern: Francke 1986), 41–51.

rational verführen. Dōgen geht vielmehr auffallend rational und argumentierend vor. Er diskutiert Auffassungen, zeigt ihre Schwächen, führt zu höherstufigen Auffassungen. Und er fordert immer wieder dazu auf, einmal erreichte Einsichten selbstständig weiter zu durchdenken.¹⁴ Dem Kult des "Unverständlichen" (dem andere buddhistische Richtungen huldigen) setzte Dōgen sich scharf entgegen. Dōgen zufolge ist die letzte Wahrheit keineswegs "unbegreifbar". Wer so daherrede, habe die Kleinheit seines eigenen Verstehens zum Maß von allem gemacht: "Was sie als unbegreifbar erachten, ist nur ihren üblen Geistern zuzuschreiben."¹⁵

Wie stellt sich das Verhältnis von Stille und Erwachen bei Dōgen dar? Eine in den westlichen Buddhismus-Vorstellungen verbreitete Auffassung besagt: durch Meditation soll man die Stille erreichen, die vollkommene Stille – oder mit anderen Standardvokabeln gesagt: die Leere, das Nichts, das Nirwana. Erreicht man dies, so erlangt man die Große Erleuchtung, nämlich die Einsicht in das Nichts als den Grundzustand der Welt. Alles ist nichts, darin ist alles eins, das ist die große Einsicht.

Dōgen zufolge ist das eine ganz irrige Vorstellung. Immer wieder spottet Dōgen über die Verehrung des großen Nichts: "Verschwendet nicht eure Zeit, indem ihr gemalte Reiskuchen anglotzt."¹⁶ Die gemalten Reiskuchen entsprechen jenen Kreisbildern, die man für Darstellungen der absoluten Wahrheit hält: eine runde Mondgestalt oder ein heller Kreis ohne Binnendifferenzierung sollen die Leere, das Nichts, das Nirwana zum Ausdruck bringen, also den Zustand, in dem nichts unterschieden, sondern alles gleich ist. Dōgen ist aber kein Anhänger dieser Auslöschung der Differenzen. Wie Hegel wendet er sich gegen die absolute Indifferenz, gegen die "Nacht, in der alle Kühe schwarz sind".¹⁷

Wie stellen sich Stille und Leere hingegen dar, wenn man sich ihnen auf dem von Dōgen so nachhaltig empfohlenen Weg der Sitzmeditation nähert? Zunächst herrscht dabei natürlich äußere Stille. Dann geht es aber um ein inneres Stillwerden. Dieses betrifft Körper und Geist zugleich. Was der Stille zunächst entgegensteht, sind der eigene Herzschlag, der Puls, der Atem oder muskuläre Spannungen; aber ebenso Gedanken und Vorstellungen, denen man nachhängt. All dies muss man ruhig werden lassen. Der Weg dazu ist aber nicht, es zu verwerfen. So würde man sich nur umso mehr an es binden. Sondern der Weg ist, immer weniger auf all dieses zu achten. Mit der Zeit tritt dann eine merkwürdige Verlagerung der Empfindung ein. Die Empfindung, die zuvor auf den eigenen Leib – seine körperlichen und mentalen Gegebenheiten – bezogen war, verschiebt sich über den Körper hinaus: auf den Leib in seiner Umgebung, seiner näheren und ferneren Umgebung. Das Verhältnis zu dieser wird gleichsam osmotisch. Die Empfindung, der Geisteszustand ist nicht mehr einfach der eigene, sondern einer dieses Zusammenseins mit der Umgebung und dem Ganzen. Das Bewusstsein verlagert sich auf das gemeinsame Verhältnis, in dem ich und das andere zusammen sind. Wo dieser ungetrennte Zustand vollkommen erreicht wird, tritt das Erwachen ein. Das eigene Erfahren ist dann eine bewusste Vollzugsform des Alls – so wie alles andere auch eine unbewusste Vollzugsform des Alls ist. Dieser Zustand ist nicht eigentlich ein Zustand der Leere, sondern

¹⁴ Immer wieder macht er Aussagen, die sein Vertrauen zur Reflexion bekunden: "lasst uns dies [...] weiter erforschen" (Dōgen, "Sansuikyo" – "Die Sutren der Berge und Flüsse", in: ders., *Shōbōgenzō – Die Schatzkammer der Erkenntnis des wahren Dharma*, Bd. 2, übers. v. Joseph Renner (Zürich: Theseus 1983), 167–174, hier 170); "wir müssen dies sorgfältig erwägen" (ebd.); "denke still über dieses Prinzip nach" (ebd., 172).

¹⁵ Ebd., 170.

¹⁶ Dōgen, "Busshō" – "Buddha-Natur" [1241], in: ders., *Shōbōgenzō – Die Schatzkammer des wahren Dharma*, Bd. 4, übers. v. Guido Keller (Frankfurt/Main: Angkor 2002), 126–145, hier 137.

¹⁷ "[...] sein *Absolutes* für die Nacht auszugeben, worin, wie man zu sagen pflegt, alle Kühe schwarz sind, ist die Naivität der Leere an Erkenntnis" (Hegel, *Phänomenologie des Geistes* [1807], a.a.O., 22 [Vorrede]).

der einer eigentümlichen Erfüllung. Die Stille ist gefüllt. Ich und Welt schwingen gleichzeitig in ihr.¹⁸

In dieser erfüllten Stille haben dann (anders als das Dogma der 'Leere' es zulassen würde) sogar Geräusche einen Platz. Dōgen sagt ausdrücklich, dass die bewegungslose Stille die falsche Stille ist.¹⁹ Es ist nur ein verbreitetes Missverständnis, dass es um Auslöschung, um Indifferenz, um das Nichts gehe. Dōgen erklärt dagegen: "Legt 'leer' nicht als 'nichts' aus."²⁰ Die wahre Stille und Leere ist voller Leben. Wo die Erleuchtung erreicht ist, stellt nichts mehr eine Störung, eine Täuschung, eine Auslenkung dar, sondern all solches bedeutet dann eine Bewegung innerhalb des Erwachenseins und wird selber in Erleuchtung verwandelt.²¹

Und es gibt keinen Abschluss, kein Ende der Erleuchtung. Man bleibt immer im Zustand des Übens. Es gibt nicht die eine große Erleuchtung, mit der alles getan wäre. "Sei völlig frei von der Vorstellung der Großen Erleuchtung und suche oder begehre sie niemals."²² "Mach dir nichts aus Erleuchtung!"²³ "Gib die Erleuchtung auf [...]."²⁴ Wer zur Erleuchtung ein intentionales Verhältnis einnimmt, hätte sie schon verloren oder nie gekannt.²⁵

Schließlich: Die Übung (Sitzübung) ist nicht das Letzte ihrer selbst. Das ist vielmehr erst die daraus erwachsende tägliche – die wirklich alltägliche – Praxis. Das Licht des Erwachenseins muss noch in den alltäglichsten Verrichtungen aufscheinen: Tee trinken, Reis essen und dergleichen. Andernfalls wäre die angebliche Erleuchtung nur Humbug gewesen. "Erwartet keine große Erleuchtung; große Erleuchtung ist tägliches Handeln, Tee trinken und Reis essen".²⁶ "Unser tägliches Tun, wenn wir Reis essen und eine Kesa tragen, ist die Aktivität unseres Wahren Lichtes."²⁷

¹⁸ Keineswegs geht es, wie man so oft hört, um eine Auslöschung des Ich. Sondern es geht um dessen Überführung von einer egoistischen in eine holistische Form.

¹⁹ Man spricht dafür im Zen-Buddhismus auch vom "Zen des Toten", vgl. Ryōsuke Ōhashi, *Kire – Das 'Schöne' in Japan* (Paderborn: Fink 2. Aufl. 2014), 169.

²⁰ Dōgen, "Busshō" – "Buddha-Natur" [1241], a.a.O., 131.

²¹ "Obwohl Störungen und Täuschungen während des Zazen kommen und gehen mögen, erscheinen diese innerhalb des *Jijuyu Samadhi* [des Selbst-Erlebnisses des Erwachens] und werden deshalb zu Erleuchtung verwandelt und stören nicht. (Dōgen, "Bendōwa" – "Die Darstellung des buddhistischen Weges", [1231], a.a.O., 172).

²² Dōgen, "Daigo" – "Die Große Erleuchtung" [1243], in: ders., *Shōbōgenzō – Die Schatzkammer der Erkenntnis des wahren Dharma*, Bd. 1, übers. v. Manfred Eckstein (Zürich: Theseus 1977), 56–60, hier 56.

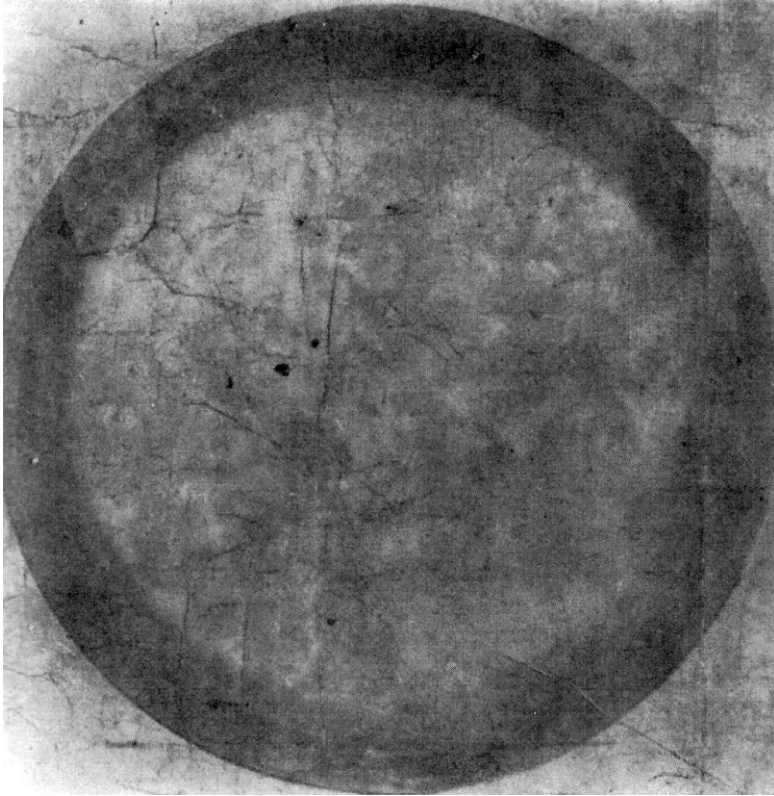
²³ Ebd.

²⁴ Ebd. – Die Erleuchtung als Prozess und nicht als Zustand zu sehen, ist eine Eigentümlichkeit Dōgens, durch die er sich von anderen zen-buddhistischen Lehrern unterscheidet.

²⁵ Dōgens Formulierungen – seine Zurückweisungen anderer Lehrmeinungen – mögen gelegentlich allzu harsch klingen. Widerspricht er sich damit nicht selbst? Sind nicht auch andere Auffassungen Erscheinungen der Buddha-Natur und enthalten zumindest ein Korn und vermutlich sogar mehr an Wahrheit? Natürlich sieht Dōgen das genau so. Aber warum redet er dann so schroff? Saori Kanemaki hat mich auf die damaligen äußeren Bedingungen hingewiesen: in Japan herrschten schwere Konflikte, und man wünschte sich ob dieser Unsicherheiten möglichst klare und eindeutige Orientierung. Das könnte einen Teil der scharfen Formulierungen erklären.

²⁶ Dōgen, "Gyoji" – "Unaufhörliche Übung" [1242], in: ders., *Shōbōgenzō – Die Schatzkammer des wahren Dharma*, Bd. 4, übers. v. Guido Keller (Frankfurt/Main: Angkor 2002), 1–41.

²⁷ Dōgen, "Jippō" – "Das ganze All" [1243], in: ders., *Shōbōgenzō – Die Schatzkammer der Erkenntnis des wahren Dharma*, Bd. 1, übers. v. Manfred Eckstein (Zürich: Theseus 1977), 125–128, hier 127.



Der Ochse und sein Hirte, achtes Bild

Schon die berühmte und kurz vor Dōgen (um 1150) entstandene zen-buddhistische Ochsengeschichte macht dies klar. Sie besteht aus zehn Bildern. Manche Betrachter meinen, das achte Bild gebe die eigentliche Erleuchtung wieder. Dort sieht man auf einmal nichts Gegenständliches mehr (keinen Hirten, keinen Ochsen, keine Landschaft etc.), sondern nur einen in sich leeren Kreis – die paradigmatische Verbildlichung der Leere, des Nichts. Aber das ist eben nur das, was Dōgen einen "gemalten Reiskuchen" nennt. In der Ochsengeschichte selbst wie für Dōgen kommt es auf den Weitergang an.



Der Ochse und sein Hirte, zehntes Bild

Das zehnte und abschließende Bild zeigt den Hirten, wie er als Erleuchteter unter die Menschen zurückgekehrt ist und unter ihnen lebt. Feist, lachend und voller Lebendigkeit agiert er auf dem Markt, ist allen gegenüber hilfsbereit, und erlaubt sich dabei, "von den befahrenen Geleisen der altehrwürdigen Weisen abzuweichen".²⁸ Diese Abweichung ist ebenso in Dōgens Sinn wie die Betonung der praktischen Konkretion der Erleuchtung: die Erleuchtung verlangt "gerunzelte Stirnen und blitzende Augen [...], Haut, Fleisch, Knochen und Mark" – nicht bloß "gemalte Reiskuchen".²⁹

Darauf kommt es an: dass das Erwachen nicht eine aparte Erfahrung bleibt, sondern dass man es ins alltägliche Leben mitnimmt.³⁰ Dann ist dort alles wie vorher – und doch ganz anders. Man versteht sich, die Dinge, die Welt nun anders. Man erfährt dies alles als ungetrennt, als einheitlich. Ein jedes wird nicht mehr, wie vorher, als es selbst aufgefasst, sondern holisiert gesehen: als eine Erscheinung des Ganzen – als ein Stück, ein Juwel der Buddha-Natur. Von da an wird man anders essen, sprechen und lieben.

Die Stille, die man auf diesem Weg erreicht, ist comprehensiv. Sie schließt nichts aus. Sie ist nicht primär ein akustisches Phänomen, und schon gar nicht das Kontrastphänomen zu Lärm oder Bewegtheit. Sie ist gleichermaßen offen für laut und leise, für Getöse oder Flagiolettöne. Diese Stille ist eine Einstellung oder Haltung, eine Grundstimmung, die allem frei begegnet, die

²⁸ *Der Ochse und sein Hirte. Eine altchinesische Zen-Geschichte*, erläutert von Meister Daizokutsu Rekido Ohtsu, mit japanischen Bildern aus dem 15. Jahrhundert, übersetzt von Kōichi Tsujimura u. Hartmut Buchner (Pfullingen: Neske 1973), 49.

²⁹ Dōgen, "Busshō" – "Buddha-Natur" [1241], a.a.O., 137.

³⁰ Dōgen selbst hat diese Alltäglichkeit der Praxis der Erleuchtung schier unübertrefflich in einem schlichten Kochbuch niedergelegt: *Tenzo Kyōkun (Instructions for the Zen Cook)* [1237], abgedruckt in: Dōgen and Uchiyama, *From the Zen Kitchen to Enlightenment: Refining Your Life*, trans. Thomas Wright (New York: Weatherhill 1983), 1–19.

alles willkommen heißt. Sie ist identisch mit der Einsicht, dass Buddha-Natur in allem ist – dass alles Buddha- Natur ist. Sie ist lebendige Stille, sie ist das eigentliche Erwachtsein.