

# Das Herz-Sutra

## Gate Gate para sam gate bodhi svaha

So endet das Herz-Sutra, einer der zentralen Texte des Zen-Buddhismus. Sinngemäß sagt der Text, daß man vollständig ans andere Ufer hinübergegangen ist.

Was ist das andere Ufer?

Das Sutra befaßt sich mit der Thematik der Einheit von Form und Leere. Form und Leere sind getrennt durch einen Fluß, wie im alten Griechenland der Hades die Lebenden von den Toten trennte. Wer den Hades überschritt, gelangte ins Reich der Toten. Wer diesen Fluß der Trennung von Form und Leerheit überschreitet und ins Nirwana gelangt, der gelangt aus der Welt der Toten ins Reich der Lebenden.

Die Sache hat nur einen Haken.

Man gelangt nur zur anderen Seite, wenn man vollständig hinübergeht. Man geht vollständig ins Nirwana. Das ist die Zielsetzung des Zen, der Meditation, des Buddhismus. Man überschreitet die Grenze der Form und gelangt zur "leeren Weite", wie Bodhidharma es formulierte.

Im ersten Teil des Sutras wird gesagt, was man nicht dorthin mitnehmen kann:

Auge, Ohr, Nase, Zunge, Denkorgan, alles bleibt zurück. Damit bleiben auch die Sinneswahrnehmungen zurück und ihre Interpretationen.

Das Dumme ist, daß wir sie mitnehmen wollen. Deshalb gelangt fast niemand ins Nirwana, weil eigentlich alle Menschen entweder einen großen Rucksack dabei haben oder wenigstens einen Interpretationen und Bedürftigkeiten ans andere

Ufer mitzunehmen. Das ist ja auch verständlich. Wenn ich mein ganzes Leben darauf ausgerichtet habe, ein guter Mensch zu sein, dann werde ich den Teufel tun und meditieren, um das Gutsein zu verlieren. Es definiert mich ja, es verleiht mir Bedeutung, es macht mich besonders. Wenn ich allerdings Gutsein mitnehme in einem Rucksack, sei es auch nur in der Hosentasche, dann gelange ich in ein Gebiet diesseits, ich bleibe in der Formwelt, ich renne ums Nirwana herum. Oder das Nirwana rennt hinter mir her und flüstert: "Laß los, laß doch endlich los, du verdammter Scheißkerl. So findest du mich nie!"

Wir aber wollen etwas mitnehmen. Deshalb werden in Zen-Gruppen Kesa genäht, Symbole der Zugehörigkeit zum Zen. Damit hat man wieder einen Pflock Form in die Landschaft geschlagen und die "Leere Weite" in unendliche Ferne verjagt.

Man kann spannende Auseinandersetzungen mit Zen-Menschen führen, sie enden fast immer damit, daß sie einem etwas vor den Latz knallen, was sie behalten wollen, bis dahin, daß der Begriff "Zen-Nazi" fällt, weil eine totale "Leere Weite" totalitär sei. Loslassen heißt loslassen, aber die kleinen Zen-Spieler und wichtigen Zen-Darsteller haben immer beim Loslassen vorne noch etwas in der Hand hinter dem Rücken, was sie behalten wollen.

Es ist faszinierend, daß in allen Zen-Zentren regelmäßig das Herz-Sutra rezitiert wird, aber niemand hilft dabei, es zu begreifen.

Die Worte des Sutra stehen ja nicht zur Zierde dort. So heißt es, daß es in der Leere weder Wissen noch Unwissen gibt (die Alten vor Jahrtausenden konnten schon ganz schön klar formulieren). Logisch, denn Wissen und Unwissen gehören zur Form, Form gibt es in der Leere nicht. Wozu also soll ich buddhistische Erkenntnisse, Erleuchtung,

Gutsein, Liebe und so weiter, die ganze Parade sinnstiftender Begriffe, vor mir hertragen, wenn dieser Ballast doch das Überschreiten des Flusses verhindert (nicht behindert, sondern verhindert)?

Wirklich zu erkennen, daß es nichts zu erreichen gibt "dort drüben", würde manchem die Mühe ersparen, sich wichtigtuerisch in endlosen Zen-Kursen endlos langen Zazen-Zeiten anheim zu geben. Ich war viele Jahre lang Schüler von Joun An Roshi. Während eines Sesshin hatte ich einen Traum, der in dem Satz gipfelte: "There is nothing to be found in the depths of the ocean." Im Gespräch mit ihr kam die Entgegnung: Doch, es sei etwas in den Tiefen des Ozeans zu finden. Was, das erläuterte sie später: Die Erkenntnis des Zen sei die Liebe. Das kommt davon, wenn christliche Nonnen Zen-Meisterin werden. Da zerbricht dann Bodhidharmas Leere Weite in Stücke von Liebe, Gutsein und so fort. Das ist sehr nett und sehr liebevoll, aber eben Christentum und nicht Buddhismus. Was das Christentum damit angerichtet hat, weiß man auch: Die Botschaft der Liebe führt dann eben (Yin&Yang) zu Inquisition und Hexenverbrennung. Das Spiel ist in der (Form)Welt immer dasselbe. Die Intoleranten rufen zu Toleranz auf und die Haßerfüllten zu Liebe.

Das Herz-Sutra legt dar, daß es in der leeren Weite weder Sinneswahrnehmungen noch Gedanken gibt, keine Begierden und kein Glück, kein Leid, keine Geburt und keinen Tod. Nur - das zu begreifen bedeutet, sich von der Suche zu lösen. Wenn ich Erlösung vom Leid möchte, muß ich die Suche nach der Erlösung vom Leid aufgeben, die Suche nach dem Glück aufgeben, die Suche nach der Erleuchtung aufgeben. Ich darf kein guter Mensch sein wollen; schon die Bezeichnung "Buddhist" nagelt mich in der Formwelt fest.

Und dann?

Was ist in der "Leeren Weite"?

Nicht dies!

Im Sutra heißt es, daß derjenige, der vollständig dorthin über den Fluß gelangt ist, also alles zurückgelassen hat, nicht gehindert, nicht geängstigt, nicht verzerrt ist. Wenn wir also das Hindernde, das Ängstigende und das Verzerrende im Hier loslassen, nämlich Vorstellungen, Bewertungen, Verhaltensmuster und so weiter, dann nähern wir uns der Flußüberquerung.

Als "Reines Gewahrsein" bezeichnet das Sutra diesen Zustand am anderen Ufer.

Das Paradoxe daran ist, daß das andere Ufer, zu dem wir gelangen, immer noch dieses Ufer ist. Nach der Flußüberquerung befinden wir uns da, wo wir aufgebrochen sind. Form und Leerheit: Eine alte Geschichte erzählt von zwei Mönchen, die einen Fluß überqueren wollen. Am Ufer sehen sie eine Frau, die auch hinüber möchte, aber nicht naß werden will. Da nimmt sie der eine auf die Schulter und trägt sie hinüber. Als die Mönche eine Weile weitergegangen sind, sagt der andere Mönch: Wir sind Mönche, wir dürfen keine Frau berühren. Warum hast du diese Regel gebrochen? Darauf entgegnet der eine: Ich habe die Frau am Ufer abgesetzt, du trägst sie immer noch!

Das Herz-Sutra konstruiert keine Dualität, darauf kann man nicht scharf genug hinweisen. Hier und dort sind nicht unterschieden. Formlosigkeit, Nirwana ist nichts anderes als Wolken, Gedanken, Begierden, als Rotwein und Sexualität, Musik und Tanz, Zen-Meditation und Krieg.

Wir entfliehen der "Welt" nicht. Dennoch ist die Welt eine andere Welt, wenn wir durch die Überquerung des trennenden Flusses die Trennung überwunden haben.

Hermann Hesse hat das in seinem Roman "Siddhartha" dargelegt. Dort greifen Form und Leere so ineinander, daß sie eine Einheit werden, ohne daß die jeweilige Seite ihre Eigenheit verliert. Siddhartha lernt die Kunst der Sexualität bei einer Prostituierten und das Geldverdienen bei einem Kaufmann, ohne sich (anfangs) in der Formwelt zu verlieren.

Das verleitet natürlich dazu, das als Zügellosigkeit auszuleben. Bhagwan (Osho) ist dafür ein Beispiel. Er hatte mit einer Erkenntnis angefangen und endete mit einer Rolls Royce Flotte und einer bewaffneten Kampftruppe. Aber auch viele Zen-Roshis (Meister nenne ich sie lieber nicht) verwechseln Macht und Zügellosigkeit, vor allem im sexuellen Bereich, mit "alles ist eins". Sie sind dabei aber nicht in der "Leeren Weite". Natürlich kann ich auch als Zen-Roshi mit einer dicken Harley Davidson angebraust kommen, aber eben nur, wenn es genauso gut eine Vespa sein könnte. Wenn ich gar nicht weiß, daß es eine Harley ist.

Da kommt nun die Grenze hervor: Die "Leere Weite", das "andere Ufer", sie lassen sich weder beschreiben noch beweisen, weil Beweise in den Bereich der Formwelt gehören. Was sich aber erleben läßt, das ist die Freiheit, die dorthin kommt, die Kraft und Energie, die es dem Leben verleiht, die Unabhängigkeit der Gedanken und die Weite, die sich auch auf die Formwelt überträgt.

Wie kann denn ein Mensch beurteilen, ob jemand anders frei geworden ist, ob er "erleuchtet" ist, ob er ein Buddha ist, ob er Bodhidharma von Angesicht zu Angesicht erlebt hat?

Gar nicht.

Leider.

Ein unfreier Mensch wird gegenüber einem freien Menschen eher Widerwillen empfinden, er wird ihn

nicht als Vorbild sehen, sondern als Bedrohung. Er hat kein Kriterium. Laut Untersuchungen können viele Schüler im heutigen Berlin einen Apfel nicht von einer Birne unterscheiden, weil sie beides nicht kennen. Denen kann man alles verkaufen.

So ist es auch mit den Zen-Suchenden.

Es hilft nichts, will ein Mensch frei werden, dann muß er sich selbst auf den Weg machen. Hat er einen Platz in seinem Sein für das Thema, dann muß er geduldig forschen, lesen, experimentieren, und immer wieder schauen, was eine Handlung oder eine Nichthandlung mit ihm macht. Das braucht Zeit, das braucht Energie, das braucht Geduld und Hingabe. Es gibt niemanden, der dabei viel helfen kann. Selbst Linji und Joshu hatten dabei keine Erfolge. Sie blieben auf dem einen Ufer, die Mönche auf dem anderen. Aber ihre Texte und Aussagen zu lesen kann viel dabei helfen, sich einzufühlen in die Schlachten, die sie sich geistig mit ihren Schülern lieferten.

Joshu sagte: Unter 800 Menschen, die Buddha werden wollen, ist es schwer, auch nur einen einzigen echten Menschen zu finden.

Linji sagte: Schlagt keine Nägel in den leeren Raum!

Ich sage: Weder Koan-Schulung noch Zazen führen ans andere Ufer. Kein Weg führt dorthin. Denkt immer daran, daß nicht der Ort sich ändert. Ihr seid bereits im Nirwana, könnt es aber nicht packen, weil das Nirwana nichts hat, woran man es packen könnte. Wenn ihr aufhören würdet, das Nirwana packen zu wollen, wäre schon viel geholfen. Seid nicht dies oder jenes, sondern seid ohne zu sein. Ihr könnt keinen Sonnenaufgang in eine Tupperdose packen!

© Christoph Jantzen Mai 2017  
www.haus-lueginsland.de