

Lied vom Vertrauen in den Geist

Seng Tsan (600 n. u. Z.)

Dem großen Weg zu folgen ist nicht schwer für jene, frei von Vorlieben.
Sind weder Liebe noch Hass gegenwärtig, wird alles klar und unverschleiert.

Durch die kleinste Unterscheidung jedoch entfernen sich Himmel und Erde unendlich weit voneinander.

Wenn du die Wahrheit wirklich sehen willst, dann bewerte nichts positiv oder negativ.

Die Krankheit des Geistes besteht darin, sich auf Bewertungen einzulassen.

Ohne die grundlegende Natur aller Dinge zu verstehen, ist die Stillung der Gedanken nutzlos.

Der Weg ist vollkommen wie der weite Himmel, ohne Mangel und ohne Überfluss.

Solange du glaubst wählen zu können, wirst Du die Soheit nicht erkennen.
Verstricke dich weder in Äußerlichkeiten noch in inneren Empfindungen der Leerheit.

Verweile in der Soheit, worin Unterscheidungen von selbst ihre Bedeutung verlieren.

Dein Bemühen Passivität durch Beenden der Aktivität zu erreichen, erfüllt dich mit Aktivität.

Solange du an der Vorstellung hängst Gegensätze kontrollieren zu können, wie willst du da Soheit erkennen?

Wer den Weg nicht verwirklicht, wird zweifach irren:

Verneine die Welt und du übersiehst ihre wahre Natur.

Suche nach Leerheit und du wirst sie verlieren.

Je mehr du darüber nachdenkst, je mehr du darüber sprichst, desto weiter entfernst du dich von der Wahrheit.

Hör auf zu reden und zu denken, und es wird nichts geben, was du nicht ergründen kannst.

Zur Wurzel zurückzukehren, heißt das Prinzip zu verstehen.

Erscheinungen nachzujagen, heißt den Ursprung übersehen.

Im Moment des Erwachens gelangst du jenseits von Erscheinung und Leerheit.

Nur aufgrund unserer Unwissenheit nennen wir die sich verändernden Erscheinungen in der Leerheit real.

Statt nach der Wahrheit zu suchen, lass dich einfach nicht von Ansichten verführen.

Halte dich nicht mit dualistischen Ansichten auf – gib Acht sie zu vermeiden.

Gibt es auch nur eine Spur von diesem und jenem, von richtig und falsch, verwandelt sich der erhabene Gleichmut des Geistes in Verwirrung.

Dualität entspringt der Einheit, doch auch daran hafte nicht.

Befindet sich der Geist im Einklang mit dem Weg, gibt es keinen Widerstand.

Wenn nichts mehr Widerstand auslösen kann, hören die Dinge auf in gewohnter Weise zu existieren.

Entstehen keine wertenden Gedanken mehr, hört der alte Geist auf zu existieren.

Wenn Gedankenobjekte verschwinden, verschwindet auch das denkende Subjekt, wenn der Geist verschwindet verschwinden auch die Objekte.

Dhammas sind Objekte aufgrund des Subjekts.

Der Geist existiert aufgrund der dhammas.

Erkenne, dass diese gegenseitige Bedingtheit aus ihrer Einheit in der Leerheit entspringt.

In der Leerheit sind Subjekt und Objekt nicht unterscheidbar, und die ganze Welt ist darin enthalten.

Wenn du nicht zwischen grob und fein unterscheidest, kann dich nichts zu Vorurteilen und Meinungen verleiten.

Den großen Weg zu leben, ist weder leicht noch schwer, aber jene mit begrenzter Ansicht sind ängstlich und unentschlossen.

Je schneller sie eilen, desto langsamer kommen sie voran – Festhalten kennt keine Grenzen – sogar an der Vorstellung des Erwachens anzuhafte, führt in die Irre.

Lass die Dinge einfach sein wie sie sind, und es wird kein Entstehen und Vergehen geben.

Beuge dich der Natur der Dinge, und du wirst frei und unverstört voranschreiten.

Gebunden an Gedanken entfernst du dich von der Wahrheit, und alles wird dunkel und trüb.

Es ist nicht gut den Geist zu ermüden, warum also das beschwerliche Schwanken zwischen Zuneigung und Abneigung?

Welcher Nutzen kann aus Unterscheidung und Trennung erwachsen?

Wenn du den Weg gehen willst, entwickle nicht einmal gegen die Welt der Sinneseindrücke und Ideen Abneigung.

In der Tat ist ihre vollständige Akzeptanz ohne von ihnen bewegt zu werden gleichbedeutend mit Erwachen.

Der Weise strebt kein Ziel an, aber der Dumme bindet sich selbst.
Die Wahrheit kennt keine Unterscheidungen, aber der verblendete Geist hängt an seinen Wünschen.
Der Versuch den Geist durch den Geist zu erkennen, ist das nicht die größte aller Torheiten?
Unwissenheit erschafft Ruhe und Unruhe, im Erwachen findet sich weder Liebe noch Hass.

Alle Dualitäten entstehen aus ignoranten Wertbeimessungen.
Sie sind wie Träume oder Luftschlösser – wie dumm danach zu greifen.
Gewinn und Verlust, richtig und falsch müssen schließlich für immer zurückgelassen werden.
Wenn das Auge sich nicht mehr schließt, enden alle Träume.
Wenn der Geist nicht mehr unterscheidet, sind alle Dinge so wie sie wirklich sind.

Wird das Mysterium der Soheit ergründet, gibt es keine Verstrickungen mehr.
Wenn alle Dinge mit einem leeren (unterscheidungsfreien) Geist betrachtet werden, offenbaren sie die Essenz der Soheit.
Weder Vergleiche noch Analogien sind möglich in diesem ursachenfreien, bezuglosen Zustand.
Betrachte Bewegung als ruhend und Ruhe als bewegt, und beide lösen sich auf.
Wenn es keine Dualität gibt, was wird dann aus der Einheit?
Auf dieses letzte Ende sind keine Gesetzmäßigkeiten und Regeln anwendbar.

Für den geeinten Geist im Einklang mit dem Weg gibt es keine selbstzentrierten Bestrebungen mehr.
Zweifel und Unentschlossenheit verschwinden, und ein Leben in echtem Vertrauen ist möglich.
Mit einem Streich sind wir aller Fesseln ledig.
Nichts haftet und an und wir halten nichts mehr fest.
Ohne Anstrengung offenbart sich alles als leer, klar und selbst erhellend.
Hier haben Gedanken, Empfindungen, Wissen und Vorstellung keinen Wert mehr.

In dieser Welt der Soheit gibt es weder Selbst noch Anders-als-Selbst.

Um in diese Welt einzutreten, sag wenn Zweifel aufsteigt einfach „Nicht-Zwei“.

In diesem „Nicht-Zwei“ nichts ist getrennt und nichts ist ausgeschlossen. Gleich wann oder wo, Erwachen bedeutet in diese Wahrheit einzudringen. Diese Wahrheit ist jenseits von Entstehen und Vergehen in Zeit und Raum. Ein Moment und ein Äon sind darin gleich. Hier und dort, wohin du auch blickst: Leerheit – und doch steht das unendliche Universum direkt vor deinen Augen.

Unendlich groß, unendlich klein macht keinen Unterschied, denn Definitionen sind aufgehoben, Begrenzungen gefallen.

Sein und Nicht-Sein sind das Gleiche, jedes ein Aspekt des anderen.

Vergeude deine Zeit nicht in Zweifeln und Diskussionen, die nichts hiermit gemein haben.

Ein Ding, alle Dinge bewegen und durchdringen sich gegenseitig ohne Unterscheidungen. In dieser Erkenntnis zu leben und dem nicht-dualistischen Geist zu vertrauen heißt, ohne Furcht vor Unvollkommenheit auf dem großen Weg zu sein.

Worte!

Der Weg liegt jenseits der Sprache.

Denn darin gibt es kein gestern, kein Morgen, kein Heute.

Lied vom Vertrauen in den Geist

Dem großen Weg zu folgen ist nicht schwer für jene, frei von Vorlieben (Verhaftungen).¹

Sind weder Liebe noch Hass (Mögen/ Nicht-Mögen - Reaktivität) gegenwärtig, wird alles klar und unverschleiert.

Durch die kleinste Unterscheidung jedoch entfernen sich Himmel und Erde unendlich weit voneinander.²

Wenn du die Wahrheit wirklich sehen willst, dann bewerte nichts positiv oder negativ.³

Die Krankheit des Geistes besteht darin, sich auf Bewertungen einzulassen.⁴

¹ Die Übersetzung ins deutsche beruht auf den 10 Übersetzungen ins englische, die Mu Soeng in seinem Buch "Trust in Mind - The Rebellion of Chinese Zen", Wisdom Publications, angibt. Die Zitate aus den Lehrreden sind von mir zur Erläuterung des Gedichts aus "Theravada-Sicht" angeführt worden. Ich bin sicher, man könnte noch andere, vielleicht auch bessere Textstellen zu den einzelnen Versen finden. Sie sollen jedoch nur den Leser zu eigener Reflektion anregen und erheben keinen autoritativen Anspruch. (Viriya)

² Himmel und Erde: der Kontrast zwischen Nibbana und Samsara oder zwischen dem Erleben des *puthujjana* (Weltmensch) und des *arahat* (Erwacher)

"Auf eine Zweiheit, Kaccāna, stützt sich gewöhnlich die Welt: auf Sein und Nichtsein. ... Diese beiden Extreme vermeidend, zeigt der Vollendete in der Mitte der Lehre ..." (S 12,15)

³ Positiv und negativ ist etwas immer nur "für mich". Das "Ich" definiert sich durch seine Reaktionen auf "anders-als-ich" (Wahrnehmungsobjekte), eben erwünscht/unerwünscht.

"',Erwünscht' und 'Unerwünscht', dass so man unterscheidet,
Hierauf gestützt kommt zum Entstehen Verlangen.
Sieht er Entstehen und Schwinden bei den Körperdingen,
Dann bildet Wert-Urteile sich der Mensch.
Der Ärger, Lügenwort und Zweifel,
Auch diese Dinge sind, wenn jene Zweiheit da ist.
Der Zweifler, auf dem Wissens-Pfade soll er streben!
Aus seinem Wissen zeigte der Asket die Dinge!" (Sn 867)

⁴"Der Tor, der sich an geistig-begrifflichem Ausufern (*papañca*) erfreut, daran Gefallen findet, ist weit von Nibbāna – der unvergleichlichen Freiheit von jeglicher Fessel – entfernt.

Ohne die grundlegende Natur aller Dinge zu verstehen, ist die Stillung der Gedanken nutzlos.⁵

Der Weg (Geist/ Dao/ Soheit) ist vollkommen, wie der weite Himmel ohne Mangel und ohne Überfluss.

Solange du glaubst wählen zu können, wirst Du die Soheit nicht erkennen.⁶

Verstricke dich weder in Äußerlichkeiten, noch in inneren Empfindungen der Leerheit.⁷

Verweile in der Soheit, worin Unterscheidungen von selbst ihre Bedeutung verlieren.⁸

Der, der solch geistig-begriffliches Ausufern aufgegeben hat, erfreut sich am Pfad der Nicht-Ausbreitung – er erreicht Nibbāna, die unvergleichliche Freiheit von jeglicher Fessel." (Thag 989 – 990)

"Erblickt da, ihr Mönche, der Mönch mit dem Auge eine Form, vernimmt er mit dem Ohre einen Ton, riecht er mit der Nase einen Duft, schmeckt er mit der Zunge einen Saft, fühlt er mit dem Körper eine Berührung, erkennt er mit dem Geiste einen Gedanken, so wird er weder froh gestimmt noch missgestimmt; gleichmütig weilt er, achtsam und wissensklar." (A VI,1)

⁵ Die grundlegende Natur aller Dinge ist ihre gegenseitige Bedingtheit und Leerheit (Freiheit) von Selbstbestand.

"Erwünscht' und 'Unerwünscht', vom Sinnen-Eindruck stammt es.
Wenn Eindruck nicht ist, sind auch diese nicht vorhanden.
Und auch 'Werden' und 'Vergehen' stammt von daraus. So erklär' ich dieses."
(Sn 870)

⁶ "Durch Bild-Begriff (*nāma-rūpa*) ist bedingt der Eindruck (*phassa*),
Aus Wünschen stammt das Greifen nach Besitz.
Wenn Wünsche nicht sind, gibt's keine Mein-Gedanken,
Wenn *rūpa* geschwunden, kann es *phassa* nicht geben." (Sn 872)

⁷ "Er versteht: 'Es ist in mir Erfreuliches entstanden, es ist in mir Unerfreuliches entstanden, es ist in mir Erfreuliches-und-Unerfreuliches entstanden. Aber jenes ist gestaltet, grob, bedingt entstanden; dies hier ist friedvoll, dies ist erhaben, nämlich Gleichmut.' Das entstandene Erfreuliche, das entstandene Unerfreuliche und das entstandene Erfreuliche-und-Unerfreuliche hören in ihm auf, und Gleichmut ist in ihm gegenwärtig. So wie ein Mann mit guter Sehkraft seine geöffneten Augen schließen könnte oder seine geschlossenen Augen öffnen, so hören in jeglicher Hinsicht das entstandene Erfreuliche, das entstandene Unerfreuliche und das entstandene Erfreuliche-und-Unerfreuliche in ihm auf, genauso geschwind, genauso schnell, genauso leicht, und Gleichmut ist in ihm gegenwärtig." (M 152)

⁸ *Tathatā*: Istheit, Soheit, Geradesosein: Weder dieses noch jenes, die Realität der Nicht-Zweiheit, der Nicht-Dualität. Dinge sind gerade so, wie sie sind (vergänglich,

Dein Bemühen Passivität durch Beenden der Aktivität zu erreichen, erfüllt dich mit Aktivität.⁹

Solange du an der Vorstellung hängst Gegensätze kontrollieren zu können, wie willst du da Soheit erkennen?

Wer den Weg nicht verwirklicht, wird zweifach irren:

Verneine die Welt und du übersiehst ihre wahre Natur.
Suche nach Leerheit und du wirst sie verlieren.

Je mehr du darüber nachdenkst, je mehr du darüber sprichst, desto weiter entfernst du dich von der Wahrheit.

Hör auf zu reden und zu denken, und es wird nichts geben, was du nicht ergründen kannst.¹⁰

Zur Wurzel zurückzukehren, heißt das Prinzip zu verstehen.¹¹

Erscheinungen nachzujagen, heißt den Ursprung übersehen.¹²

Im Moment des Erwachens gelangst du jenseits von Erscheinung und Leerheit.

unbefriedigend und Nicht-Selbst) ohne Rücksicht auf unsere Vorlieben und Abneigungen, Vorstellungen und Glaubenssätze, Hoffnungen und Erinnerungen.

⁹ "Von Regeln und Gelübden gänzlich lassend,
Und auch vom Wirken, schlechtem oder gutem.
Nach 'rein' und 'unrein' kein Verlangen tragend,
Entziehe man sich dem und suche nicht darin den Frieden."(Sn 900)

¹⁰ „Wenn man an dem, aufgrund dessen man Konzepten, die durch die ausufernde Tendenz [des Geistes] charakterisiert sind, unterworfen ist, sich weder erfreut, oder dies bestätigt, noch daran hängt, dann ist genau dies das Ende der Neigungen zu Anhaften, Ansichten, Stolz, Ignoranz und Daseinsgier. Genau dies bedeutet das Ende vom Ergreifen des Stockes, der Waffen, des Streitens, des Anklagens, der Verleumdung und des Lügens. Eben hier werden diese schlechten unheilsamen Zustände restlos aufgehoben.“ (M 18)

¹¹ Durch weises Betrachten (yoniso manasikāra) erkennt man die grundlegende gegenseitige Bedingtheit allen Erlebens.

¹² Durch oberflächliches Betrachten (ayoinso manasikāra) wird den Dingen scheinbare Selbstexistenz verliehen.

Nur aufgrund unserer Unwissenheit nennen wir die sich verändernden Erscheinungen in der Leerheit real.

Statt nach der Wahrheit zu suchen, lass dich einfach nicht von Ansichten verführen.

Halte dich nicht mit dualistischen Ansichten auf – gib Acht sie zu vermeiden.¹³

Gibt es auch nur eine Spur von diesem und jenem, von richtig und falsch, verwandelt sich der erhabene Gleichmut des Geistes in Verwirrung.¹⁴

Dualität entspringt der Einheit, doch auch daran haften nicht.¹⁵

Befindet sich der Geist im Einklang mit dem Weg, gibt es keinen Widerstand.¹⁶

Wenn nichts mehr Widerstand auslösen kann, hören die Dinge auf in gewohnter Weise zu existieren.

¹³ "Aber, ihr Mönche, dies weiß der Vollendete: Auf diesen Ansichten beharrend, diese ergreifend, diese festhaltend werden sie in solcher Existenz erscheinen, solche Fortexistenz haben. Dies weiß der Vollendete, und er weiß darüber hinaus. Dies wissend hält er nicht fest, loslassend verwirklicht er bei sich den Herzensfrieden, und das Entstehen und Vergehen der Gefühle, deren Annehmlichkeit, deren Nachteil und das Entkommen daraus erkennt der Vollendete der Wahrheit gemäß. An nichts anhaftend ist er befreit, ist er, ihr Mönche, der Vollendete." (D 1)

"Die Suche nach Sinnlichkeit, die Suche nach Sein und auch die Suche nach dem Reinheitswandel von einem der Ansicht für höchste Wahrheit hält, er hat nur Herzenstrübungen aufgehäuft. Für den der alle Reize hat entreizt und durstversiegt erlöst ist, hat jede Suche aufgegeben und Ansichten entwurzelt. Mit der Vernichtung der Suche ist der Bhikkhu frei von Wünschen und Zweifeln." (Itiv. 55)

¹⁴ "Was da, ihr Mönche, Gleichmut bei inneren Dingen ist, das ist das Erwachungsglied Gleichmut. Was da Gleichmut bei äußeren Dingen ist, das ist das Erwachungsglied Gleichmut. Sprechen wir vom Erwachungsglied Gleichmut, dann ist dies gemeint." (S 46,52)

¹⁵ "Er erkennt Einheit unmittelbar als Einheit. Nachdem er Einheit unmittelbar als Einheit erkannt hat, sollte er sich nicht Einheit vorstellen, er sollte sich nicht Vorstellungen über Einheit machen, er sollte sich nicht Vorstellungen von Einheit ausgehend machen, er sollte sich nicht vorstellen „Einheit ist mein“, er sollte sich nicht an Einheit erfreuen. Warum ist das so? Damit er es vollständig durchschauen möge, sage ich." (M 1)

¹⁶ "Jegliche Begierde, jeglicher Hass, jegliche Verblendung aufgrund derer Widerstreben entstehen könnte, sind vom Tathāgata überwunden worden, an der Wurzel abgeschnitten worden, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, beseitigt worden, so dass sie künftigen Entstehen nicht mehr unterworfen sind." (M 55)

Entstehen keine wertenden Gedanken mehr, hört der alte Geist auf zu existieren.

Wenn Gedankenobjekte verschwinden, verschwindet auch das denkende Subjekt, wenn der Geist verschwindet verschwinden auch die Objekte.¹⁷ Dhammas sind Objekte aufgrund des Subjekts.

Der Geist (Subjekt) existiert aufgrund der dhammas (Geistesinhalte).¹⁸

Erkenne, dass diese gegenseitige Bedingtheit aus ihrer Einheit in der Leerheit entspringt.

In der Leerheit sind Subjekt und Objekt nicht unterscheidbar, und die ganze Welt ist darin enthalten.

Wenn du nicht zwischen grob und fein (materiellem und geistigem) unterscheidest, kann dich nichts zu Vorurteilen und Meinungen verleiten.

Den großen Weg zu leben ist weder leicht noch schwer, aber jene mit begrenzter Ansicht sind ängstlich und unentschlossen.

Je schneller sie eilen desto langsamer kommen sie voran – Festhalten kennt keine Grenzen – sogar an der Vorstellung des Erwachens anzuhafte führt in die Irre.

¹⁷ „Wenn, Ananda, all jene Merkmale, Charakteristiken, Zeichen und Eigentümlichkeiten, durch die es eine Bestimmung, der Name-Gruppe und der Form-Gruppe gibt, abwesend wären, würde sich da irgendein sprachlicher Eindruck oder irgendein Widerstandeindruck zeigen?“

„Gewiss nicht, Herr.“

„Und wenn, Ananda, all jene Merkmale, Charakteristiken, Zeichen und Eigentümlichkeiten, durch die eine Bestimmung von Name-und-Form zustande kommt, abwesend wären, würde sich dann irgendein Kontakt zeigen?“

„Gewiss nicht, Herr.“ (D 15)

¹⁸ Der Geist erfüllt seine Funktion aufgrund der Objekte – die Objekte erfüllen ihre Funktion aufgrund des Geistes.

"Wenn nun, ihr Mönche, einer sagt: 'Außerhalb von Körperlichkeit, Gefühl, Wahrnehmung, Gestaltungen will ich des Bewusstseins Kommen oder Gehen, Schwinden oder Entstehen, Wachstum, Entwicklung, Fülle verkünden' - das ist unmöglich.

Wenn die Lust zum Element Körperlichkeit' – zum Element 'Gefühl' – zum Element 'Wahrnehmung' – 'Gestaltungen' – 'Bewußtsein' aufgegeben wird, so ist nach Aufgeben der Lust keine Grundlage und keine Stütze mehr für das Bewusstsein vorhanden." (S 22,53)

Lass die Dinge einfach sein wie sie sind und es wird kein Entstehen und Vergehen geben.¹⁹

Beuge dich der Natur der Dinge (lasse den Dinge ihren natürlichen Lauf ohne etwas anders zu wollen), und du wirst frei und unverstört voranschreiten.

Gebunden an Gedanken entfernst du dich von der Wahrheit, und alles wird dunkel und trüb.²⁰

Es ist nicht gut den Geist zu ermüden, warum also das beschwerliche Schwanken zwischen Zuneigung und Abneigung?

Welcher Nutzen kann aus Unterscheidung und Trennung erwachsen?

Wenn du den Weg gehen willst, entwickle nicht einmal gegen die Welt der Sinneseindrücke und Ideen Abneigung.²¹

In der Tat ist ihre vollständige Akzeptanz, ohne von ihnen bewegt zu werden, gleichbedeutend mit Erwachen.²²

¹⁹ „Wenn man sich aber nichts vornimmt, nichts plant und keine Neigung zu irgendetwas hat, besteht keine Grundlage für den Erhalt des Bewusstseins. Gibt es keine Grundlage, gibt es auch keine Stütze, auf der sich das Bewusstsein etablieren könnte. Ist das Bewusstsein ohne Halt und entwickelt sich nicht, gibt es keine Neigung. Gibt es keine Neigung, gibt es kein Kommen und Gehen. Gibt es kein Kommen und Gehen, gibt es kein Verschwinden und Wiedererscheinen. Gibt es kein Verschwinden und Wiedererscheinen, gibt es keine zukünftige Geburt, Altern und Tod (...).“ (S 12,40)

²⁰ Karmisches Gestalten von Erscheinungen durch den entsprechenden Willen: "Und warum, ihr Mönche, sprecht ihr von 'Gestaltungen' (sankhāra)? Weil sie ein Gestaltetes gestalten (sankhatam abhisankharonti), ihr Mönche, daher heißt es 'Gestaltungen'. Und was für ein Gestaltetes gestalten sie? Körperlichkeit, (die ein) Gestaltetes (ist), gestalten sie zur Körperlichkeit; Gefühl, (das ein) Gestaltetes (ist), gestalten sie zum Gefühl; Wahrnehmung, (die ein) Gestaltetes (ist), gestalten sie zur Wahrnehmung; Gestaltungen, (die ein) Gestaltetes (sind), gestalten sie zu Gestaltungen; Bewusstsein, (das ein) Gestaltetes (ist), gestalten sie zu Bewusstsein." (S 22,79)

²¹ „Was da bei der Form, bei dem Gefühl, bei der Wahrnehmung, bei den Gestaltungen und beim Bewusstsein Wollen, Anhaften, Erfreuen und Verlangen ist, was immer es an Neigungen zu gestalteten Dingen, zum Anhaften, und zum Ergreifen verschiedener geistiger Standpunkte, das ist vom Vollendeten aufgegeben, einer entwurzelten Palmyra-Palme gleichgemacht, zum Nimmersein gebracht, unfähig gemacht, künftig wieder zu entstehen.“ (S 22,3)

²² Gut und Böse haben keinen Selbst-Bestand,
Heilig und unheilig sind nur leere Worte,
Der Frühling kommt, das Gras wächst ganz von selbst,
Vor den Sinnesstüren liegt ein Land der Stille und des Lichts (Zen-Gedicht)

Der Weise strebt kein Ziel an, aber der Dumme bindet sich selbst.

Die Wahrheit kennt keine Unterscheidungen, aber der verblendete Geist hängt an seinen Wünschen.

Der Versuch den Geist durch den Geist zu erkennen, ist das nicht die größte aller Torheiten?

Unwissenheit erschafft Ruhe und Unruhe, im Erwachen findet sich weder Liebe noch Hass.²³

Alle Dualitäten entstehen aus ignoranten Wertbeimessungen.

Sie sind wie Träume oder Luftschlösser – wie dumm dannach zu greifen.²⁴

Gewinn und Verlust, richtig und falsch müssen schließlich für immer zurückgelassen werden.²⁵

Wenn das Auge sich nicht mehr schließt, enden alle Träume.

Wenn der Geist nicht mehr unterscheidet, sind alle Dinge so wie sie wirklich sind.²⁶

²³"So durchdringe ich oben, unten quer inmitten, allerwärts, in allem mich wieder erkennend, die ganze Welt mit einem von Gleichmut erfüllten Geiste, einem weiten, umfassenden, unermesslichen, von Hass und Übelwollen befreiten." (A III,64)

²⁴ "Dem Schaumball gleicht der Körper,
der Wasserblase das Gefühl,
ein Luftphantom ist Wahrnehmung der Sinne,
Gestaltungen sind ohne Kern wie der Bananenstamm,
und Gaukelkünsten ähnelt das Bewusstsein.
So hat der Sonnenheld es aufgezeigt.
Wenn man so nachsinnt, gründlich untersucht,
als hohl und leer erkennt man es dann weise." (S 22,95)

²⁵"Der Weltmensch mit Wahrnehmungen der Vielfältigkeit verliert sich in der Unterscheidung seiner Wahrnehmung. Hat man aber schließlich jegliche geistige Gestaltung verbunden mit dem Hausleben zerstreut befindet man sich auf dem Weg wahrer Weltabwendung." (S 35,94)

²⁶"Wenn der Geist bei den sechs (Sinnesbereichen) wohl entfaltet ist, kann nichts was ihn berührt ihn mehr zum Beben bringen, Lust und Hass, ganz überwunden wurde das Ufer jenseits von Geburt und Tod erreicht." (S 35,94)

Wird das Mysterium der Soheit ergründet, gibt es keine Verstrickungen mehr.

Wenn alle Dinge mit einem leeren (unterscheidungsfreien) Geist betrachtet werden, offenbaren sie die Essenz der Soheit.

Weder Vergleiche noch Analogien sind möglich in diesem ursachenfreien, bezuglosen Zustand.²⁷

Betrachte Bewegung als ruhend und Ruhe als bewegt, und beide lösen sich auf.

Wenn es keine Dualität gibt, was wird dann aus der Einheit?

Auf dieses letzte Ende sind keine Gesetzmäßigkeiten und Regeln anwendbar.

Für den geeinten Geist im Einklang mit dem Weg gibt es keine selbstzentrierten Bestrebungen mehr.²⁸

Zweifel und Unentschlossenheit verschwinden, und ein Leben in echtem Vertrauen ist möglich.

Mit einem Streich sind wir aller Fesseln ledig.

Nichts haftet uns an und wir halten nichts mehr fest.²⁹

Ohne Anstrengung offenbart sich alles als leer, klar und selbst erhellend.³⁰

²⁷ "Das nicht-hinweisende Bewusstsein, das grenzenlose, das alles zurücklassende-hier ist es, wo Erde, Wasser, Feuer und Luft keinen Anhaltspunkt finden. Hier ist es, wo lang und kurz, groß und klein, günstig und ungünstig, Name-und-Form sich ohne Überrest auflösen. Mit der Auflösung des Bewusstseins lösen sie sich auf." (D 1)

²⁸"Weil er keinerlei Bedingung formt und keinerlei Willensregung in Richtung Werden oder Nicht-Werden erzeugt, haftet er an nichts in der Welt. Wenn er nicht haftet, ist er nicht aufgeregt. Wenn er nicht aufgeregt ist, erlangt er persönlich Nibbana." (M 140)

²⁹"*Sabbe dhammā nālam abhinivesāya*" (Kein Ding ist der Mühe wert./ Nichts ist es wert zu haben oder zu sein/Nichts, was immer es auch sei, sollte als 'Ich' oder 'Mein' festgehalten werden.) (M 37)

³⁰"Wo weder Wasser noch Erde, noch Feuer, noch Luft eine Stütze finden, da scheinen keine Sterne, und die Sonne gibt kein Licht, auch der Mond strahlt nicht und doch regiert das Dunkel nicht. Wenn der Weise, der Brahmane, dies selbst erfahren hat, dann ist er frei von Form und Formlosigkeit, Frei von Glück und Leid." (Ud 1,10)

Hier haben Gedanken, Empfindungen, Wissen und Vorstellung keinen Wert mehr.³¹

In dieser Welt der Soheit gibt es weder Selbst noch Anders-als-Selbst.³²
Um in diese Welt einzutreten sag wenn Zweifel aufsteigt einfach „Nicht-Zwei“.

In diesem „Nicht-Zwei“ nichts ist getrennt und nichts ist ausgeschlossen.

Gleich wann oder wo, Erwachen bedeutet, in diese Wahrheit einzudringen.

Diese Wahrheit ist jenseits von Entstehen und Vergehen in Zeit und Raum.

Ein Moment und ein Äon sind darin gleich. Hier und dort, wohin du auch blickst: Leerheit – und doch steht das unendliche Universum direkt vor deinen Augen.

Unendlich groß, unendlich klein macht keinen Unterschied, denn Definitionen sind aufgehoben, Begrenzungen gefallen.³³

Sein und Nicht-Sein sind das Gleiche, jedes ein Aspekt des anderen.

Vergeude deine Zeit nicht in Zweifeln und Diskussionen, die nichts hiermit gemein haben.

Ein Ding, alle Dinge bewegen und durchdringen sich gegenseitig ohne Unterscheidungen. In dieser Erkenntnis zu leben und dem nicht-

³¹ "Was ist und was wurde, das verwerfe ich.' So erlangt er Gleichmut. Und er haftet nicht am Dasein, haftet nicht am Werden. 'Darüber hinaus gibt es eine Stätte des Friedens' (Nibbāna) so erkennt er in rechter Weisheit." (A VII,52)

³²"Wer nicht zu weit ging, nicht zurückblieb,
Erkennend von der Welt: Unwirklich ist all dies!
Ein solcher Mönch gibt beide Seiten auf,
Wie eine Schlange alte, abgenutzte Haut."

„Wer nicht zu weit ging, nicht zurückblieb,
Wer wahrfrei weiß: Unwirklich ist all dies!
Ein solcher Mönch gibt beide Seiten auf,
Wie eine Schlange alte, abgenutzte Haut.“ (Sn 9 & 13)

³³ „Die Fluten der Vorstellung (*maññussava*) spülen über einen, der auf diesen Grundlagen steht, nicht mehr hinweg, und wenn die Fluten der Vorstellung nicht mehr über ihn hinwegspülen, dann wird er ein „Weiser im Frieden (*muni santoti*)“ genannt.“ (M 140)

dualistischen Geist zu vertrauen heißt, ohne Furcht vor Unvollkommenheit auf dem großen Weg zu sein.

Worte!

Der Weg liegt jenseits der Sprache.

Denn darin gibt es kein gestern, kein Morgen, kein Heute.

Geschichtlicher Hintergrund³⁴

Der ursprüngliche Buddhismus breitete sich im 3. Jahrhundert v. u. Z. von Indien nach Sri Lanka und Burma aus und von dort nach Yünnan in Südwestchina, nach Thailand, Laos, Kambodscha, Südvietnam und Indonesien. Enklaven indischer Händler, die den Buddhismus praktizierten, fanden sich bald auch auf der Küste der arabischen Halbinsel und sogar in der ägyptischen Stadt Alexandria. Verschiedene frühbuddhistische Schulen verbreiten sich ab dieser Zeit im heutigen Pakistan, Kaschmir und Afghanistan sowie entlang der Küstenlinie und im Osten Irans bis nach Usbekistan, Turkmenistan und Tadschikistan. Von Zentralasien aus verbreiteten sie sich im 2. Jahrhundert u. Z. weiter nach Ostturkestan (Xinjiang, Sinkiang) und weiter nach China hinein.

Ende des 3. Jahrhunderts übersetzt Kumarajīva die Lotos-Sutra, die Avatamsaka-Sutra, die Prajnaparamita-Sutra und die Vimalakirtinidesa-Sutra ins Chinesische. Weil sich Dao³⁵ und Dharma in ihrer Bedeutung nahe stehen, und wegen der Legende, Laotzi sei nach Indien gegangen, um den Barbaren seine Lehre nahezubringen, ergab sich anfänglich ein reger Ideenaustausch.

³⁴ Ein äußerst grober Überblick über das was bis zur Entstehung des Gedichts in China geschah soweit es die Verbreitung des Buddhismus und die Patriarchen betrifft. Zusammengestellt aus verschiedenen Quellen. (Viriya)

³⁵ Dào (Weg, Methode, Gesetzmäßigkeit, Prinzip) bezeichnet in der daoistischen chinesischen Philosophie ein ewiges Wirk- oder Schöpfungsprinzip, ähnlich der Sanskritwurzel *ṛta* von welcher sich das Wort Dharma herleitet.

Das Dào ist am ehesten als ein umfassendes Weltprinzip zu verstehen, das rein rational nicht zugänglich ist. Der Mensch soll das Dào möglichst wenig durch bewusstes Handeln und Streben stören, sondern in mystisch-intuitiver Weise mit dem Gesetz im Einklang leben. In den Kommentaren zum I Ging wird dieses Urprinzip Tàij^a genannt. Den Begriff Dào führte Lǎozǐ im Dàodéjīng als Synonym für Tàij^a ein und gab ihm die umfassende Bedeutung des absoluten Wirkprinzipes.

In der Geschichte des Daoismus gerieten auch noch andere Gestaltungen umfassender Prinzipien mit dem Dào in Verbindung. So ist es Tàixū, die große Leere, als auch Tàiyǐ, das Wandlungsprinzip, und in einer begrenzten Form auch Tiān, der Himmel, die Quelle und Ausdruck der Ordnung. Das Dào als immanentes Prinzip, das alles Sein durchdringt, ist ein Prinzip der Wandlung und des Fließens, jedoch nicht in chaotischer Form, denn das es bewirkt auch die natürliche Ordnung der Dinge, und die Wandlungen des Dào sind zyklisch.

Durch die Auflösung der Gegensätze (z.B. durch Meditation) kann der Dào-Praktizierende Dào erfahren – beschreiben kann man Dào nach Lǎozǐ jedoch nicht.

Das nennbare Dào – ist nicht das absolute (ewige/ dauerhafte) Dào.

Der nennbare Name – ist nicht der absolute (ewige/ dauerhafte) Name.

Das Namenlose ist der Ursprung des Universums (von Himmel und Erde).

Das Benannte ist die Mutter aller Dinge (der zehntausend Dinge).

Als Bodhidharma³⁶ mit dem Schiff um 480 u. Z. von Indien nach China kommt, gibt es bereits Klöster der Tiantai Schule und der Huayan Schule und staatliche Unterstützung. Während für diese Richtungen die Scholastik von großer Bedeutung sind stellt Bodhidharma die ‚unmittelbare Erfahrung der Dinge so wie sie sind‘ und das asketische Ideal des Wandermönchs in den Vordergrund. Ein berühmter Austausch

³⁶ Indische Chan/Zen Patriarchen

1. Mahākāśyapa
2. Ānanda
3. Śānavāsin
4. Upagupta
5. Dhītika
6. Miśaka
7. Vasumitra
8. Buddhanandi
9. Buddhamitra
10. Pārśva
11. Puṇyayaśas
12. Aśvagoṣa (1./2. Jhd. u. Z.) Autor des Buddhacarita (Leben des Buddha).
13. Kapimala
14. Nāgārjuna (2. Jhd. u. Z.), stellte sich der ausufernden Scholastik in einigen Schulen des Frühbuddhismus entgegen. Detaillierte Ausarbeitung des Leerheitsbegriffes (skrt. śūnyatā) im direkten Zusammenhang mit dem „Entstehen in Abhängigkeit“ (skrt. praṭītyasamutpāda). Ein Großteil der Prajñāpāramitā-Literatur wurde von Nagarjuna entscheidend geprägt und kommentiert.
15. Kāṇadeva
16. Rāhulabhadra
17. Saṃghanandi
18. Saṃghayasas/Gayasata
19. Kumāralāta
20. Śayata
21. Vasubandhu (4. Jhd. u. Z.), einer der Gründer der Yogacara-Schule
22. Manorata/Manorhita/Manothata
23. Haklenayaśas
24. Siṃhabodhi
25. Vasi Astia
26. Puṇyamitra
27. Prajñātāra
28. Bodhidharma

Chinesische Chan/ Zen-Patriarchen

Bodhidharma zählt auch als erster Patriarch des Chan-Buddhismus.

1. Bodhidharma
2. Huikě
3. Sēngtsàn
4. Dào-xin
5. Hóng-rěn
6. Huinéng

mit einem Provinzregenten wird überliefert. Dieser fragt Bodhidharma nach dem Verdienst den er wohl für all seine Unterstützung der Buddhisten erhalten würde. Bodhidharma antwortet: "Überhaupt keinen."

"Was lehrt der Buddha?"

"Große Leere – nichts Heiliges."

"Wer bist Du?"

"Keine Ahnung."

Der Regent war nicht sonderlich begeistert von diesen Antworten und Bodhidharma verlässt den Hof und zieht sich in eine Höhle zurück um dort angeblich neun Jahre mit Blick auf die Wand zu meditieren.

Huiké, ein Gelehrter und späterer zweite Patriarch, will Bodhidharmas Schüler werden, wird aber erst akzeptiert, als er sich im Schnee kniend den Arm abschneidet, um seine Ernsthaftigkeit unter Beweis zu stellen.

Huiké bittet Bodhidharma: "Meister, gib meinem Geist Frieden."

"Gib mir Deinen Geist."

"Wo immer ich ihn auch suche ich kann ihn nicht finden."

"Siehst Du, ich habe ihm Frieden gegeben."

Nach mehreren Anschlägen auf Bodhidharma und Huiké, angestiftet von eifersüchtigen Mönchsgruppen und aufgrund von Regierungswechseln, geht Bodhidharma zurück nach Indien. Huiké wird schließlich geköpft, doch statt Blut fließt weiße Flüssigkeit aus seinem Körper.

Auch der leprakranke Seng Tsan, der spätere dritte Patriarch, wollte Huikés Schüler werden. Erst möchte Huiké ihn nicht annehmen, aber Seng Tsan sagt: "Du bist der große Meister und ich der Aussätzige, aber sind wir im Innersten unseres Geistes nicht gleich?" Daraufhin willigt Huiké ein. Auch Seng Tsan wird verfolgt, entzieht sich aber erfolgreich, indem er in die Berge flieht. Als er seinen Tod nahen fühlt, zeigt seinen Schülern, dass man nicht unbedingt im Lotussitz ins Parinibbana eingehen muss – er springt in die Höhe ergreift den Ast eines Baumes und stirbt mit einer Hand daran hängend.

Das Dhamma-Dana-Projekt der BGM:

www.buddhismus-muenchen.de

Das Dhamma-Dana-Projekt der Buddhistischen Gesellschaft München e.V. (BGM), hat sich das Ziel gesetzt, ausgesuchte Dhamma-Literatur in deutscher Übersetzung für ernsthaft Übende zur Verfügung zu stellen. Zudem soll mit dem Material, das die BGM-Studiengruppe erarbeitet hat, das vertiefende Eindringen in die ursprüngliche Lehre Buddhas erleichtert werden.

Diese Veröffentlichungen sind nicht profitorientiert, sondern sollen sich selbst tragen. So finanziert der "Gewinn" eines Buches die Herstellung des nächsten. Alle Dhamma-Dana-Publikationen sind auf Wunsch kostenlos von der BGM zu beziehen oder als free-download unter www.dhamma-dana.de bereitgestellt. Einige Bücher sind auch über den Buchhandel erhältlich.

Wie lange eine freie Verteilung möglich ist, hängt ganz allein vom Spendenaufkommen ab.

Das Dhamma-Dana-Projekt wurde 2004 von der Familie H. Euler Stiftung „Mahabodhi Buddhistische Begegnungsstätte“ (MBB) als förderungswürdig anerkannt.

Im Buchhandel erhältlich

Buddhadāsa Bhikkhu
Kernholz des Bodhibaums
Suññatā verstehen und leben
ISBN 3-8311-0028-4

Buddhadāsa Bhikkhu
Ānāpānasati
Die sanfte Heilung der spirituellen Krankheit
ISBN 3-8311-3271-2

Heinz Reißmüller
Pāli
Eine Einführung in die Sprache des Buddha
ISBN 3-8334-4326-X

Ñānananda Bhikkhu
Der Zauber des Geistes
oder Viel Lärm um Nichts
ISBN 3-8330-0560-2

R. G. de S. Wettimuny
Die Lehre des Buddha und ihre wesentliche Bedeutung
ISBN 978-3-8334-9041-5

Heinz Reißmüller
Pāli
Sprachbeispiele aus den Sammlungen der Reden des Buddha
ISBN 978-3-8370-8800-7

Nicht im Buchhandel

BGM- Studiengruppe
Opanayiko
Buddhistische Grundstudien

Buddhistisches Waldkloster e.V.:
Kevali Bhikkhu
Vinaya – Die unbekanntete Seite der Lehre des Buddha
Dazu siehe auch: <http://www.buddhistisches-waldkloster.de/bwk-texte.htm>

Buddhadāsa Bhikkhu
Buddhismus verstehen und leben
Ein Handbuch für die Menschheit

Buddhadāsa Bhikkhu
Das buddhistische ABC
Dhamma-Prinzipien für kluge Leute

Bhikkhu Ñāṇadassana Thera
Bhikkhu-Pāṭimokkha
Das Hauptregelwerk der buddhistischen Mönche

BGM-Studiengruppe
Opanayiko II - Ein Lehrer der Tat
Ursache und Wirkung des menschlichen Handelns

BGM
Die Nicht-Selbst Strategie
Eine Sammlung verschiedener Beiträge zum
Thema Nicht-Selbst

Ñānananda Bhikkhu
Vorstellung und Wirklichkeit
In der frühbuddhistischen Gedankenwelt

Viriya
Das Fenster öffnen
Erläuterungen zu den Paramita in den Sutten

Dieter Baltruschat
Meditation in Südostasien
Retreatführer

Zusätzlich hält das Dhamma-Dana-Projekt eine ganze Reihe von Texten verschiedener Autoren in Heftformen zur freien Verteilung bereit.

Zu beziehen über: dhamma-dana@buddhismus-muenchen.de

Alle Bücher, Hefte sowie einzelne Texte können auch kostenlos aus dem Internet heruntergeladen werden: www.dhamma-dana.de

Wenn Sie dieses Projekt unterstützen möchten, überweisen Sie Ihre Spende bitte auf dieses Konto:

BGM, Postbank München, Kto: 296188807, BLZ 70010080

Für Auslandsüberweisungen:

IBAN: DE 33700100800296188807, SWIFT/BIC-Code: PBNKDEFF

Notwendigkeit des Studiums

Buddhist zu sein heißt, Schüler oder Nachfolger des Buddha zu sein. Deshalb sollte er oder sie wissen, was der Lehrer selbst erklärt hat. Sich mit Wissen aus zweiter Hand auf Dauer zufrieden zu geben, ist nicht ausreichend. Vor allem Laienanhänger wissen oft nicht, was der Buddha besonders für sie gelehrt hat und wie sie die Nützlichkeit ihrer Übung überprüfen können.

Man muss den Dhamma gründlich studiert haben, um ihn sinnvoll praktisch umsetzen zu können. Nur so kann sein Reichtum und Wert in seiner ganzen Tiefe wahrgenommen werden. Das Dhamma-Dana-Projekt will hierzu einen Beitrag leisten.

Notwendigkeit von Dāna (erwartungsloses Geben)

Das Dhamma des Buddha ist ein Geschenk für uns und die Gesellschaft, in der wir uns bewegen. In einer Welt beherrscht von Geld und militärischer Macht ringen wir darum, einen Lebenssinn zu finden. Dieses Geschenk des Dhamma ist so viel mehr als Worte, Belehrungen und Meditationsanleitungen.

Dhamma kann nur ein Geschenk sein, denn es kann nur gegeben, nie genommen, werden. Es ist seine Natur, geteilt und recycelt zu werden, und in einem Zyklus der Großherzigkeit zu zirkulieren, statt in einem Kreislauf des Begehrens.

Das Dhamma des Gebens ist das Gegenmittel zu diesem Kreislauf in seinen Manifestationen als Marktwert, Dividende, Gewinnoptimierung und allen anderen Ausdrucksformen der Gier in einer auf Konsum ausgerichteten Gesellschaft.