

Eckhart als Brücke zwischen Zen und Christentum – Mystik statt Religion?

Zur Möglichkeit mystischer Erkenntnis

Dieter Wartenweiler

Mit dem Begriff Zen werden im Allgemeinen drei recht unterschiedliche Dinge bezeichnet: eine Übung, ein Weg der persönlichen Entwicklung, und Zen verstanden als Ausdruck jenes Einen, das alle Welt ist.

Zen als Übung meint im Prinzip ‚Zazen‘ (Sitzen im Zen), was zu einer Beruhigung des Geistes führt, zu Stressabbau und allenfalls zur Neuordnung von Lebensverhältnissen, die sich als Folge von Erfahrungen und Einsichten während der Übung ergeben. Wird man sich über innere Ablenkungen bewusst, die das tägliche Leben prägen, kann dies zu einer veränderten Orientierung in der Welt führen.

Über längere Frist kann sich als Folge von derartigen Erkenntnissen eine allgemeine persönliche Entwicklung ergeben – wie immer diese in Einzelfall aussehen und definiert werden mag. Neue Erkenntnisse können als befreiend erlebt werden. Dies alles findet zunächst im psychologischen Raum statt. Probleme werden in ihrem Zusammenhang verstanden und damit gelöst oder überwachsen, neue Verhaltensweisen werden ausprobiert und eingeübt, der Charakter eines Menschen mag ruhiger und gelassener werden.

In lange geübter Zen-Meditation können sich tiefere Erfahrungen ereignen, welche den rein psychologischen Bereich einer Verbesserung der Lebenseinstellungen und Lebensverhältnisse übersteigen. Es geht dabei um die Wahrnehmung eines Existenzgrundes, der nur mehr schwer zu beschreiben ist. Außen- und Innenwelt können als Einheit erfahren werden, einschließlich des Meditierenden und der Meditation. An Stelle einer Ich-zentrierten Orientierung kann die Empfindung eines umfassenden Seins treten. Manchmal kommt es auch zu einer eigentlichen Verschiebung der Sicht und Wahrnehmung, wodurch sich bisherige Identifikationen vollständig auflösen können.

In einem alten Zen-Text, dem „Lied auf Zazen“ von Hakuin Zenji lauten die ersten Zeilen: „Alles Seiende ist der Natur nach Buddha, wie Eis seiner Natur nach Wasser ist. Getrennt vom Wasser gibt es kein Eis, getrennt vom Seienden kein Leben des Buddha“. Wenn wir das „Seiende“ als die Welt oder als das Universum mit allen Erscheinungen verstehen, und Buddha als Synonym für das allumfassende, namen- und formlose Absolute nehmen, so heißt die Aussage im Wesentlichen: Das Leben mit all seinen Erscheinungen ist gleich dem absoluten Sein; getrennt von diesem kann es kein Leben geben. Das ist eine zentrale Aussage des Buddhismus. Auch einer der bedeutendsten buddhistischen Texte, das Herzutra, ist dem Thema Identität der Erscheinungswelt mit dem Urgrund des Seins gewidmet. Letzterer wird im Zen meistens als „Leere“ bezeichnet, weil er sich mangels Abgrenzungsmöglichkeit jeder Beschreibbarkeit entzieht. So heißt es: „Aller Dinge Kennzeichen ist die Leere – sie werden nicht geboren, nicht zerstört, nicht befleckt und nicht gereinigt, sie gewinnen nichts, sie verlieren nichts.“

Dieses große Thema wird nicht nur vom Buddhismus aufgenommen, sondern ist Gegenstand jeder mystischen Richtung und Erkenntnis. So schreibt Meister Eckhart, der große christliche Mystiker des 14. Jh. : „Da bin ich was ich war, da nehme ich weder ab noch zu, denn da bin ich ein Unbewegliches, welches alle Dinge bewegt.“¹ Damalige Kirchenlehrer konnten seine mystischen Erfahrungen nicht verstehen und nicht goutieren, weshalb sie ihn in Köln anklagten und es später in Avignon zum Häresieprozess vor Papstes Johannes XXII kam, worin einige seiner Aussagen als Irrlehren verurteilt wurden.

Im geistigen Osten sind mystische Erfahrungen nichts befremdliches, und sie werden oft als „Erwachen“ bezeichnet. Es ist die Erfahrung „unendlicher Weite“, wie sie etwa der mythologischen Gestalt Bodhidharma zugeschrieben wird, der den Buddhismus in den Jahren um 500 von Indien nach China gebracht haben soll.² Die Schilderung weist auf dessen Erkenntnis des Unergründlichen hin, des nicht beschreibbaren Wesens aller Erscheinungen. Weil dieses nicht gefasst werden kann, ist es ein Mysterium. Das Unergründliche (Absolute) und die Welt der Formen (die phänomenale Welt) sind dabei eins..

Das *Unergründliche* entspricht in der Sicht des Zen einer absoluten Stille ohne Bewegung. Diese Stille ist vor dem Denken; als Sein ist das Umfassende immer da. Im Zen wird es die „Wesensnatur“ genannt, die unbegrenzt ist. „Nichts kann größer sein als das ‚Nichts‘“ sagt Yamada Roshi dazu.³ Er setzt das Unbegrenzte mit dem „Geist“ gleich und sagt: „Betrachtet einmal das, was wir unseren Geist, unser Bewusstsein nennen. Hat es irgendeine Form? Nein. Eine Farbe? Nein. Können wir es lokalisieren? Nein, wir wissen nicht, wo der Geist sich aufhält. Der Geist hat nichts. Der Geist ist nichts. Er ist leer und gestaltlos. Unsere Wesensnatur ist nichts anderes als die unendliche Ausdehnung und Manifestation dieses unseres gewöhnlichen Geistes.“⁴ Dies erinnert an das „Nichts“ von Meister Eckhart. So schreibt er in seiner Predigt 37 über die Erfahrung von Paulus: „Als er (Paulus) aufstand von der Erde, sah er mit offenen Augen nichts, und dieses Nichts war Gott: denn als er Gott sah, das nennt er ein Nichts. Der zweite Sinn: Als er aufstand, da sah er nichts als Gott. Der dritte: In allen Dingen sah er nichts als Gott. Der vierte: Als er Gott sah, da sah er alle Dinge als ein Nichts.“⁵

Es gibt verschiedene Koan (im Zen verwendete Texte, welche auf das Unergründliche verweisen), die sich mit dem formlosen Geist als „Nichts“ beschäftigen, davon zwei mit verschiedenen Aussagen, die doch letztlich in eine zusammenfallen. Das erste trägt den Titel „Geist ist Buddha“⁶ und lautet: „Daibai fragte Baso in allem Ernst. ‚Was ist Buddha?‘ Baso antwortete: ‚Der Geist selbst ist Buddha.‘“ Das Zweite handelt vom gleichen Meister Baso, dem von einem anderen Mönch genau dieselbe Frage gestellt wurde. Darauf antwortete Baso: „Weder Geist noch Buddha“⁷. Baso beantwortete die in der damaligen Zeit oft gestellte Frage entsprechend dem Fragenden. Wer an einen Buddha glaubt und die Erscheinungswelt für die einzig wirkliche hält, wird von Baso darauf hingewiesen, dass es nicht darum geht, sondern um das Unfassbare. Mit Verweis auf den geistigen Charakter Buddhas soll das Unermessliche wahrgenommen werden. Wer aber ein Konzept von Geist hat, dem wird auch dieses Konzept ausgetrieben: Weder Geist noch Buddha ist „es“; das Entscheidende liegt jenseits aller Konzepte. Auch Nansen weist in einem Koan namens „Nicht Geist, nicht Buddha“⁸ darauf hin. Als er nach dem Dharma gefragt wurde, „das den Menschen noch nicht gepredigt worden ist“, d.h. das nicht gepredigt werden kann, antwortete er: „Dies ist nicht Geist. Dies ist nicht Buddha. Dies ist nicht ein Ding.“ Es ist das Unfassbare. Doch, worin zeigt es sich?

Die Welt der Leere, auf welche sich diese Koan beziehen, ist das eine. Das andere ist die Welt der *Erscheinungen*, der wir alle zugehören. Im Zen wird sie die Welt der Form genannt. Es ist die Welt, in der wir uns täglich bewegen. Dass sie besteht, daran haben auch die spirituellen Schulen keinen Zweifel, wenngleich sie deren Bedeutung relativieren. Ken Wilber etwa schreibt: „Es ist wahr, dass die physische Materie meines Körpers innerhalb der Materie dieses Hauses ist, und die Materie dieses Hauses ist innerhalb der Materie des Universums. Aber du bist nicht nur Materie oder physisch. Du bist auch Bewusstsein als solches, von dem Materie nur die äußere Haut ist.“⁹ Dabei wissen wir gar nicht genau, was Materie ist. So etwa hält C.G. Jung sie im Grunde für ein Konzept. Er schreibt: „Wenn man sagt ‚Materie‘, schafft man eigentlich ein Symbol für etwas Unbekanntes, welches sowohl Geist als irgend etwas anderes sein kann; es kann sogar Gott sein.“¹⁰

Die Welt der Formen ist eine Welt der Bewegung. Alles was erscheint, wird wieder vergehen. Die materiellen Erscheinungen, aber auch unsere Gedanken und Gefühle erscheinen und vergehen ständig. Nichts bleibt auch nur für einen Moment unverändert, und die materiellen Erscheinungen verändern sich auch in ihrer Konsistenz ständig. So betrachtet können wir nicht einmal sicher sagen, dass sie „existieren“. Wenn die Erscheinungen der Welt sich nicht bewegen würden, dann wären sie nicht etwa eingefroren, sondern sie existierten gar nicht. Denn alles Leben ist Bewegung. Erscheinen

und Vergehen, Leben und Tod sind ständig präsent. Und diese ständige Bewegung ist nicht fassbar. Nur das „Ich“, das sich selbst als feste Größe versteht, meint analog, die Welt sei etwas Festes. Das Ich entsteht und vergeht aber laufend, nicht nur einmal im Leben, sondern täglich, stündlich. Schon eine Minute nach dem gerade jetzigen Moment ist es anders. Gemäß Zen liegt dem ein Sein zugrunde, das zeitfrei „jenseits von Leben und Tod“ ist, und worüber ein Bewusstsein gewonnen werden kann. Dazu gibt es die Geschichte von Yoka Genkaku, der seinen Lehrer Eno (den berühmten 6. chinesischen Patriarchen Hui Neng) in Besorgnis aufsuchte: „Leben und der Tod sind eine ernste Sache, und der Tod folgt auf das Leben mit einer entsetzlichen Geschwindigkeit“. Daraufhin erwiderte Eno: „Warum verwirklicht Ihr nicht das Prinzip der Nicht-Geburt, um das Problem der Unbeständigkeit des Lebens zu lösen?“ „Wenn man die Nicht-Geburt verstanden hat und das Hier und Jetzt erfasst hat“, sagte Yoka abrupt, „ist nichts mehr da.“ „Das ist es, das ist es!“ rief Eno aus. Eno bestätigte Yoka, der noch eine Nacht bei ihm blieb. Deshalb gab man ihm den Beinamen „Der in einer einzigen Nacht erweckte Mönch“¹¹.

Vom Standpunkt der Einheit allen Seins, im Gegensatz zum „Ich“ oft als „Selbst“ oder im Buddhismus als „Wahres Selbst“ bezeichnet, kann die Welt der ständigen Bewegung mangels Beständigkeit als „traumhaft“ erfahren werden. Es verhält sich damit wie mit den nächtlichen Träumen: während des Träumens erscheint die Traumwelt als real, aber im Aufwachen löst sie sich auf. Dabei gibt es auch das sogenannte „luzide Träumen“, in welchem sich der nächtlich Träumende während des Traumes bewusst ist, dass er träumt. Das haben viele schon einmal erlebt, und es gibt auch Techniken, mit denen dieses Erleben geschult werden kann. Mit der Wirklichkeit der realen Welt scheint es sich analog zu verhalten: Im Erwachen zum Standpunkt des „Selbst“ erscheint das Leben als luzider Traum¹². Der Mensch erfährt sich dabei als handelnd, und zugleich sieht er sich zu, wie sich das Handeln als Geschehen vollzieht. Dies führt zu einer gelassenen Haltung gegenüber der phänomenalen Ebene und ihren Ereignissen. Mit der Teilnahme am Geschehen sind Gefühle verbunden, und zugleich ist das Innerste unbewegt wie der Meeresgrund. So kann man sich gleichzeitig an beiden Orten erfahren: „drinnen“ im Leben, und „draußen“ im unermesslichen, unbewegten Selbst. Und es wird erkennbar, dass „draußen“ und „drinnen“ eins sind. Draußen ist man Beobachter, der das Leben mit allen Ereignissen sieht, und drinnen erfährt man sich als der Handelnde, und *beides ist eins*. Der indische Weise Jiddu Krishnamurti sprach öfter davon, dass der Beobachter und das Beobachtete zusammenfallen. Auf der Suche nach der Wahrnehmung des tieferen Wesens, lässt sich demnach nicht etwas Neues finden. Wenn das Absolute innen und überall ist, alles umfasst und durchdringt, dann waren der Sucher und das Gesuchte schon immer dasselbe. Im Erkennen, dass es da keine Trennung gibt, hört die Spaltung auf, und an deren Stelle tritt die Erfahrung der eigenen „Ganzheit“. Die Trennung von „Ich“ und „alles andere“ verschwindet – das vollständige Bild wird sichtbar.

Auch der Mensch, der das Selbst realisiert hat, lebt in der phänomenalen Welt. Zugleich versteht er alles als eine Manifestation des Absoluten, dies einschließlich seiner selbst. Ein japanisches Koan drückt dies schön aus: „Mit leeren Händen ergreife ich den Pflug“¹³. Wissend um die Relativität allen äußeren Seins handeln wir, als Wesen der „Leere“ pflügen wir den Boden der Realität. Vom Standpunkt des Selbst her erscheint diese Realität aber als relativ – und so sind wir in dieser, aber nicht von dieser Welt. Wird das Unermessliche in allem erfahren, dann wird diese Lebenseinstellung selbstverständlich. Das Unermessliche liegt in der Natur wie in der menschlichen Form und damit auch in den zwischenmenschlichen Beziehungen. Das Menschsein in allen Formen ist Gestalt des Unermesslichen. Auch die Menschenwerke sind nichts anderes: ein Auto, der Lärm, der Krieg – ebenso wie alle Erscheinungen der Natur. Eckhart formuliert das so: „Jedoch die äußeren Erscheinungsformen sind den geübten Menschen nichts Äußerliches, denn alle Dinge haben für die innerlichen Menschen eine inwendige göttliche Seinsweise.“¹⁴

Im Sinne des Zen liegt das Hindernis zu dieser Erkenntnis in der Vorstellung, dass das psychologische „Ich“ die entscheidende handelnde Instanz sei. Die Fixierung darauf verhindert die Sicht auf den gemeinsamen Grund allen Seins und führt zu verkrampften Einstellungen und in der Folge zu Kämpfen. Da, wo Trennung ist, entsteht Konflikt. Aber im Grunde gibt es im Kosmos nur Bewe-

gung. Da gibt es kein „gut“ und „böse“, so wie es keine richtigen und falschen Pflanzen gibt. (Eckhart schreibt in diesem Sinne: „In jedem Werk, auch im bösen, im Übel der Strafe ebenso sehr wie im Übel der Schuld, offenbart sich und erstrahlt gleichermaßen Gottes Herrlichkeit“¹⁵). Dogen – bedeutender Zen-Meister des 13. Jh. – weist dazu den Weg: „Den Buddha-Weg ergründen heisst sich selbst ergründen. Sich selbst ergründen heisst sich selbst vergessen. Sich selbst vergessen heisst eins mit den zehntausend Dingen sein.“¹⁶ Dogen spricht auch davon, dass (die Vorstellung von) Körper und Geist fallen gelassen werden muss – shinjin daturaku.¹⁷ Im gleichen Sinne schreibt Ramana Maharshi, der bedeutendste indische Weise des 20. Jh.: „Wenn einmal die falsche Vorstellung ‚ich bin der Körper‘ oder ‚ich bin nicht verwirklicht‘ abgefallen ist, dann bleibt einzig das höchste Bewusstsein oder das Selbst übrig.“¹⁸ Für den universellen Geist, der nicht durch das Ego begrenzt ist, ist nichts außerhalb seiner selbst, und er ist deshalb nur gewahr.“¹⁹ Als Analogie dazu kann Eckharts Text „Vom Nutzen des Lassens“ verstanden werden: „So weit du ausgehst aus allen Ding so weit, nicht weniger, und nicht Mehr, geht Gott ein mit all dem Seinen, dafern du in allen Dingen dich des Deinen völlig entäußerst. Damit heb an, und laß dich dies alles kosten, was du aufzubringen vermagst. Da findest du wahren Frieden und nirgends sonst.“²⁰

Der im Urgrund verankerte Mensch geht dabei mit allem leidvollen Geschehen mit. Er begegnet den anderen Menschen in Mitgefühl, das aber kein Mitleiden ist und damit auch kein „Mitleid“ enthält. Letzteres kann überheblich wirken oder auch zum Versinken im Leid anderer führen. Eine tiefere Sicht sieht die Quelle des Leidens und entzieht sich ihm doch nicht. Die „Öffnung des Herzens“ ist im Grund ein anderer Aspekt der Erfahrung des Urgrundes – sie geschieht in der Rückbindung an die Welt, auch wenn deren Relativität erkannt ist. Das Koan mit dem Titel „Vorwärtsgehen von der Spitze einer Stange“²¹ beleuchtet diesen Schritt: die spirituelle Erfahrung „auf einem hundert Fuß hohen Mast“ ist noch nicht die vollständige Sache. Wer das erfahren hat, „muss von der Spitze des Mastes vorwärtsgehen und seinen ganzen Körper in den zehn Richtungen des Weltalls deutlich zeigen“. Das neu im Selbst zentrierte Bewusstsein soll stets und überall zum Ausdruck kommen. Avalokiteshvara, der Bodhisattva des Mitgefühls, ist im Unergründlichen verankert und hat gerade deshalb ein umfassendes Mitgefühl. Es heißt, dass er tausend Arme mit tausend Augen hat, um alles Leid zu sehen und überall helfen zu können. Manche Menschen mit diesem Empfinden sagen, dass sie das Leid der Welt in sich spüren, oder auch, dass sie die ganze Welt umarmen könnten. Wer in dieser Haltung leidenden Menschen begegnet, zeigt eine Art „unpersönliches Gefühl“, das aber tiefer reicht als viele persönliche Gefühle und Reaktionen. Es reicht in den Urgrund und hat gerade deshalb etwas Tröstendes. Solche Menschen geben jenen Vertrauen, die nicht in der Tiefe des Seins verankert sind und deshalb nicht wissen, dass man nicht in etwas Vertrauen zu haben braucht, das man selber ist.

Unser Sein reicht tiefer als jedes Vertrauen, aber solange man dazu unterwegs ist, braucht es Vertrauen – Vertrauen in was wir wirklich sind, und in die Möglichkeit, es erfahren zu können. Es geht darum, sich an das Unbewegte, an die Stille als die eigene Natur zu erinnern. Stille ist aber ohne ein Ich. Sie identifiziert sich mit keiner Bewegung; sie erlaubt und ermöglicht aber zu existieren. Ohne Wasser kein Eis – ohne Urgrund kein Leben, ohne Unermesslichkeit keine Form. Dieses unser tiefes Sein ist keine Person, und es hat keine Religion. Es versteht sich nicht als Körper und trägt ein Gefühl von Freiheit und Harmonie. Für nichts braucht es eine Begründung, denn es ist das Leben selbst. In der Lebendigkeit, im Leben selbst, da fallen Urgrund und äußere Erscheinung zusammen, sie sind wesenhaft eins. Leere und Form sind in Wahrheit ein und dasselbe, sagt Yamada Rōshi,²² doch könne das nur durch direkte Erfahrung verständlich werden.

Diese Erkenntnis hat praktische Konsequenzen. Es gibt dazu ein schönes Koan über Liebe und Mitgefühl mit der Überschrift: „Der Eremit vom Lotos-Gipfel“²³. Der Lotos ist im Buddhismus ein Symbol der ursprünglichen Reinheit. Er kommt auch am Schluss des Liedes auf Zazen vor, wo es heißt: „Nirvana vor unseren Augen. Das Lotus-Land an diesem Ort. Dieser Leib das Leben des Buddha.“ Gemäß dem Lotos-Sutra, einem alten, ursprünglich indischen Text, hat jedes Lebewesen die Möglichkeit, die letztendliche Wahrheit zu verstehen. Das Koan hat folgenden Text: „Der Eremit vom Lotos-Gipfel hob seinen Stab, zeigte ihn der Versammlung und sagte: ‚Wenn die Alten diesen

Punkt erreicht hatten, warum wagten sie es nicht, hier zu bleiben?’ Die Versammlung schwieg. An ihrer Stelle antwortete er sich selbst und sagte: ‚Weil das keine Kraft hätte auf dem Weg.‘ Nochmals antwortete er an ihrer Stelle sich selbst: ‚Mit dem Stab über meinen Schultern gehe ich, ohne auf andere zu achten, geradewegs zu den tausend und zehntausend Gipfeln.‘ Mit seinem Stab zeigte der Eremit sein tiefes Verstehen, das Wissen um die Welt als Ausdruck des Unfassbaren. Darum fragte er, warum die Alten (Meister) nicht einfach in der stillen Unermesslichkeit verharrten, wenn sie diese erreicht hatten. Und er antwortete sich gleich selbst, dass dies keine Kraft hätte auf dem Weg, weshalb er auch selbst voranschreite. Es hätte keine Kraft, einfach in der tiefen Einsicht zu verharrten – wenngleich dies vielleicht einige Einsiedlermönche im Himalaya oder auch andernorts tun. Man kann in der phänomenalen Welt auf alle Gipfel der Alltagswelt steigen und dort in stillem Frieden wirken. Die weite Unendlichkeit, die Einheit von Leere und Form, das Mitgefühl und das stille Wirken sind dabei eins.

-
- ¹ Meister Eckhart, Predigten. Werke I. Quint / Largier. Dt. Klassiker Verlag. Frankfurt am Main 2008, S. 563
 - ² Vergl. Koan 1 in Yamada Kōun Roshi, Hekiganroku, Kösel Verlag München 2002, Bd. 1, S. 21ff.
 - ³ Yamada Kōun Roshi, Hekiganroku, Kösel Verlag München 2002, Bd. 2, S. 228
 - ⁴ Mumonkan, Kösel Verlag München 1989, S. 66
 - ⁵ Meister Eckhart, Deutsche Predigten und Traktate, Quint, Predigt 37, Diogenes Verlag Zürich 1979, S. 328
 - ⁶ Mumonkan, Kösel Verlag München 1989, Fall 30, S.170
 - ⁷ ebd., Fall 33, S.183
 - ⁸ ebd. Fall 27, S. 155
 - ⁹ Ken Wilber, The one; Dt. „Einfach das“, Fischer Verlag 2001
 - ¹⁰ C.G. Jung, Kommentar zu: Das tibetische Buch der großen Befreiung, Ges. Werke, Bd. 11, Walter Verlag Olten 1972, S. 513
 - ¹¹ Yoka Genkaku, Verfasser des Shodoka, Zitat nach sasserlone.de, Zen-Geschichten
 - ¹² vergl. etwa T. Deshimaru, in Shodoka, Kristkeitz Verlag Heidelberg, 1979, S. 39
 - ¹³ In „Gemischte Koans“, Meditationshaus St. Franziskus, Dietfurt 1989, Fall 10-a
 - ¹⁴ Meister Eckhart, Deutsche Predigten und Traktate, ebd., Reden der Unterweisung, S. 88
 - ¹⁵ Meister Eckhart, Deutsche Predigten und Traktate, ebd., Bulle Joh. XXII. S. 450
 - ¹⁶ Dogen, Genjo Koan, zitiert nach Shohaku Okumura, die Verwirklichung der Wirklichkeit, Kristkeitz Verlag 2014, S. 104
 - ¹⁷ vergl. Shinjin Datsuraku, Seijun Ishii, Prof. Komazawa Universität, zitiert nach sotozen.net
 - ¹⁸ Arthur Osborne, Ramana Maharshi, Seine Lehren, H. Hugendubel Verlag München, 1983, S. 24
 - ¹⁹ ebd. S. 25
 - ²⁰ Meister Eckhart, Deutsche Predigten und Traktate, ebd, Reden der Unterweisung, S. 57
 - ²¹ Mumonkan, Kösel Verlag München 1989, Fall 46, S.241
 - ²² Yamada Kōun Roshi, Hekiganroku, Kösel Verlag München 1989, Bd. 2, S. 137
 - ²³ Koan-Sammlung Hekiganroku, Kösel Verlag München 1989, Bd. 1, Fall 25, S.269