

ZEN-Schatzkammer

(Einführung in Dôgens Shobôgenzô)

Autor: Yudo J. Seggelke

34. Der heilige Arhat im Buddhismus (*Arakan*)

Hier beschreibt *Dôgen* die höchste buddhistische Stufe der sogenannten Hörer (*shrâvaka*) des frühen Buddhismus, der auch *Hînayâna* genannt wird. Im Mahâyâna-Buddhismus, der im nordöstlichen Asien, also China, Korea, Japan und im nördlichen Teil von Vietnam, verbreitet ist, wurde und wird manchmal der frühe Buddhismus kritisiert und abgewertet. Im *Mahâyâna* gilt vor allem das Ideal der Verwirklichung als *Bodhisattva*, der für andere handelt, um sie zu retten, bevor er selbst die höchste Form des Nirvâna erreicht hat.

Für *Dôgen* gibt es jedoch nur einen einzigen ungeteilten Buddhismus und er lehnt daher die Trennung von *Mahâyâna* und *Hînayâna* grundsätzlich ab, so wie er auch andere sich isolierende Schulen im Buddhismus kritisiert. Seiner Ansicht nach existiert nur eine einzige authentische buddhistische Lehre und Praxis, die auf *Gautama Buddha* zurückgeht.

Die höchste Stufe der Verwirklichung des *Arhat* ist laut *Dôgen* dadurch gekennzeichnet, dass dieser ganz in der Wirklichkeit des Hier und Jetzt lebt und handelt. Er beschränkt sich nicht auf die buddhistische Theorie und deren intellektuelle Diskussion. *Dôgen* formuliert es so:

„Ein großer Arhat ist die höchste Stufe eines Menschen, der Buddha erforscht und ergründet hat, weil er alles Überflüssige vollständig abgelegt und alle Hindernisse ganz beseitigt hat, weil er ein Mensch ist, der sich selbst ordnet und achtet, weil er sich von allen Fesseln der Existenz erlöst und seinen Geist befreit hat.“

Wer alles Überflüssige hinter sich gelassen hat, konnte dies durch lange Übungspraxis verwirklichen und gleicht damit „*einer alten Holzkelle*“, die vielfach und lange Jahre benutzt wurde und vielleicht nicht einmal mehr einen Stiel besitzt. Durch seine Übungspraxis hat sich ein solcher Mensch von vorgefassten und einengenden Gedanken und Gefühlen befreit und lebt ganz im Augenblick der Gegenwart. Er ist durch sein Denken nicht programmiert, sondern setzt es so ein, wie er es für das tägliche Handeln benötigt. Er kann

also „*mühe*los aus dem Denken herauskommen und in das Nichtdenken hineingehen“. Dasselbe gilt für den umgekehrten Vorgang, um aus dem Nichtdenken bewusst und sinnvoll in das Denken zu gelangen. Damit erklärt *Dôgen* zudem, dass man das Denken nicht abwerten darf, aber er glorifiziert es auch nicht, wie es beim intellektuellen Idealismus anzutreffen ist, denn dabei werde der Verstand weit überschätzt. Das Denken ist nach *Dôgen* zwar ein sehr wichtiges Instrument unseres Lebens, aber nicht die Lösung für alle und gerade nicht für psychische und ganzheitliche Probleme, und damit kein Mittel, um das Leiden zu überwinden. Nach der buddhistischen Lehre ist es notwendig, eine klare Intuition zu erlernen, indem die Trennung von Subjekt, Objekt und Welt aufgehoben wird. Dies sei der natürliche Zustand, der auf dem buddhistischen Weg von jedem erlernt werden kann.

In einem solchen Zustand des Gleichgewichts oder der Leere wird die Welt so gesehen und erfahren, wie sie wirklich ist. *Dôgen* beschreibt dies, wenn er sagt: „*Ein hoher Ort ist auf natürliche Weise hoch und ein tiefer Ort auf natürliche Weise tief.*“ Diese Aussage ist nicht so banal, wie sie vielleicht zunächst erscheint. Es wird also nichts schön- oder schlechtgeredet, sondern alles wird so erfahren und gesehen, wie es wirklich ist. *Dôgen* äußert sich hierzu folgendermaßen:

„Ihr solltet die wunderbaren Kräfte, die Weisheit, das Gleichgewicht beim (Za)Zen, die Dharma-Reden, die Unterweisungen und die strahlende Klarheit eines Arhat niemals den Fähigkeiten der Nicht-Buddhisten und der himmlischen Dämonen gleichsetzen.“

Damit unterstreicht er seine hohe Wertschätzung für die höchste Stufe des *Arhat* als Verwirklichung auf dem Buddha-Weg. Außerdem wendet er sich dagegen, dass ein *Arhat* nur theoretisiert und zuhört, und er erklärt, dass dieser durch sein Handeln zum Kern des Buddhismus vorgedrungen ist:

„Deshalb ist (sein Handeln) der wunderbare Geist des Nirvâna.“ Dieses sieht *Dôgen* nicht als etwas Jenseitiges an, das von der diesseitigen Welt und unserem Leben getrennt ist, sondern für ihn ist das Nirvâna bereits in diesem Augenblick und hier in diesem Universum verwirklicht, wenn jemand erwacht ist, im Gleichgewicht lebt und entsprechend handelt. Er zitiert in diesem Zusammenhang einen alten Meister: *„Jetzt sind wir wahre Arhats und bewirken, dass alle (Menschen) die Stimme der Buddha-Wahrheit hören.“*

Damit wird der trennende Unterschied von *Mahâyâna* und *Hînayâna* überwunden. Das Hören sei ein umfassendes ganzheitliches Handeln, das die Trennung von Mensch und Universum verlassen hat. Nach *Dôgen* bedeutete die Aussage des alten Meisters nicht, „*dass ihr die ganze Welt nur als etwas Gehörtes erfahrt und erforscht.*“

Letztlich kann nur ein Buddha, also ein Erwachter, einen anderen Buddha oder großen Meister erkennen, und dessen Form ist die Wirklichkeit selbst. *Bodhisattva* und *Arhat* werden auf die gleiche Stufe gestellt. *Dôgen* sagt dazu:

„Wer sich selbst als einen Bodhisattva oder als einen Buddha sieht, muss auf der gleichen Stufe stehen wie jemand, der sich selbst Arhat oder Pratyekabuddha nennt.“

Dôgen zitiert hierzu noch einen anderen Meister: „*Arhat ist in den Sûtras der Shrâvakas der Name für den Zustand eines Buddhas.*“ Mit diesen Kernsätzen wendet sich *Dôgen* entschieden gegen eine Abwertung des heiligen *Arhat* und macht deutlich, dass der Zustand des Buddhas gleichzeitig die Arhatschaft ist. Er warnt davor, dass die Mönche und Nonnen sich nur einbilden, die Arhatschaft schon erlangt und „*den letzten Körper und das höchste Nirvâna*“ bereits erreicht zu haben. Wichtig sei es, volles Vertrauen in die buddhistische Lehre zu haben, und das heißt, dass wir praktizieren.

Dôgen drückt es so aus:

„Das höchste und vollkommene Erwachen zu suchen und zu wollen bedeutet, die buddhistische Sicht zu erlernen, vor einer Wand zu sitzen und das Auge (der Weisheit) vor einer Wand zu öffnen.“

Damit wird auf die Zazen-Praxis verwiesen, die auch für den *Arhat* von zentraler Bedeutung auf dem Buddha-Weg sei. Dann zitiert *Dôgen* Meister *Enko Kokugon*, der von der Bescheidenheit spricht, mit der ein alter Mönch, der lange praktiziert hat und die Gelöbnisse einhält, auf natürliche Weise in Harmonie mit „*dem Zustand ist, den (die Buddhas) erfahren haben*“.

Nachdem er dieses intensiv praktiziert habe, wolle er dann die anderen Menschen lehren, wenn ihm noch Kraft dazu bleibe. Er sagt:

„Aber wenn Frost und Tau das Reifen der Frucht vollendet haben und ich durch mein ständiges Bemühen doch in der Welt (als Meister eines Klosters)

erscheinen und den Umständen entsprechend den Menschen und Göttern dienen werde, wird mein Geist trotzdem niemals nach Gewinn streben.“

Am Ende dieses längeren Zitats erklärt dieser Zen-Meister: *„Dann bin ich ein Arhat, der über den Staub der Welt hinausgegangen ist.“* Damit hat dieser chinesische Zen-Meister, den man eigentlich dem Mahâyâna-Buddhismus zuordnet, ganz klar die Gleichheit von *Bodhisattva* mit dem *Arhat* des frühen Buddhismus ausgedrückt.

Dôgen geht schließlich anhand eines weiteren Zitats eines alten Meisters darauf ein, dass es wichtig sei, keine materiellen Dinge oder geistigen Phänomene zu begehren. Dieses Begehren werde von den Augen, Ohren, der Nase, der Zunge, dem Körper und dem Bewusstsein eventuell hervorgerufen, denn es sei häufig mit der sinnlichen Wahrnehmung gekoppelt. Er betont, dass die Freiheit von Gier ein ganz natürlicher Zustand sei, dass also die Gier nicht mit aller Gewalt unterdrückt und bekämpft werden solle, sondern dass sich die Befreiung davon sozusagen automatisch beim Zustand des *Arhat* einstelle. Auch *Nishijima Roshi* erklärt, dass sich ein natürlicher Handlungsraum auf dem Buddha-Weg durch eine nachhaltige Zazen-Praxis eröffnet und dass Entscheidungen und Handlungen im Einklang mit der Natur des Universums, dem Buddha-Dharma und nicht zuletzt der Moral erfolgen. Dies sei die *„vierte Wirkung“*, die in *Buddhas Sûtras* beschrieben wird. *Dôgen* sagt dazu:

„Ihr verwirklicht alles vom höchsten Gipfel bis zum tiefsten Grund und es bleibt nichts Überflüssiges.“

Dôgen fährt fort:

„Wie kann man den Zustand eines Arhat letztlich ausdrücken? Dies ist zwar eigentlich unmöglich, aber wir könnten es so formulieren: Wenn ein Arhat ein gewöhnlicher Mensch ist, wird er von allen Dingen und Phänomenen behindert. Wenn ein Arhat ein Heiliger ist, wird er durch alle Dinge und Phänomene befreit.“

Am Ende des Kapitels betont *Dôgen* ausdrücklich, dass die Praxis auch für den *Arhat* von entscheidender Bedeutung ist, dass also der Begriff „Hörer“ eigentlich irreführend sei. Das Hören beschränkt sich dabei keinesfalls nur auf die sinnliche Wahrnehmung von Wörtern und Sätzen, sondern es umfasst den ganzen Menschen, der zu seinem eigentlichen natürlichen Zustand

gefunden hat.