

ZEN-Schatzkammer

(Einführung in Dôgens Shobôgenzô)

Autor: Yudo J. Seggelke

93. Die große Bedeutung des Willens zur Wahrheit (*Dôshin*)

Nach Dôgen ist es für unseren schwierigen Lebensweg von entscheidender Bedeutung, dass wir den Willen zur Wahrheit erwecken und ihn wie einen Kompass in uns tragen. Dann können wir auch in verwirrenden Situationen, und wenn wir in schwierige Sackgassen geraten sind, wieder den richtigen Weg finden, um zu einem Leben in Freude, Frieden und Kreativität zu kommen. Er selbst hatte zum Beispiel auf seiner langen Suche nach der wahren buddhistischen Lehre und Praxis in Japan und auch in China viele Schwierigkeiten zu bestehen, bis er endlich seinen wahren Lehrer gefunden hatte. Dann entdeckte und verwirklichte er die wahre buddhistische Lehre und fand durch die Zazen-Praxis den befreienden Ausweg aus dem Lebenslabyrinth. Nicht zufällig handelt das erste Kapitel (*Bendôwa*) des *Shôbôgenzô* von der Suche nach der Wahrheit. Dôgen macht dabei unmissverständlich deutlich, dass dies nur in der Verbindung von Theorie und Praxis nach dem authentischen Buddha-Dharma möglich ist.

Viele Buddhisten hoffen vergeblich, dass sie allein mit einer idealistischen oder esoterischen buddhistischen Lehre zum höchsten Zustand des Erwachens und der Erleuchtung gelangen können. Dies ist aber nach Nishijima Roshi, der sich auf Dôgen stützt, ein schwerwiegender Irrtum. Es ist unbedingt erforderlich, die Lebensphilosophie der Formen und Dinge, also die Vielfalt dieser Welt, im Einzelnen und differenziert kennenzulernen und zu erfahren. Außerdem muss dies mit dem nächsten Schritt und der nächsten Phase des Lebens, nämlich dem Tun und Handeln im Hier und Jetzt, verschmolzen werden. Wer diese Entwicklungsphasen der äußeren Formen und des Handelns überspringen will, kann niemals in den Zustand des Erwachens gelangen. Dies mag für viele idealistische Buddhisten überraschend und enttäuschend sein, wenn man jedoch die große Bedeutung des täglichen Handelns im Zen-Buddhismus, zum Beispiel im Tempel und auf den Feldern, bedenkt, ist diese Aussage wirklich einleuchtend. Die Zazen-Praxis des einfachen Sitzens, ohne sich dabei auf ein Meditationsobjekt zu konzentrieren, ist nach Nishijima Roshi das Tun und

Handeln in reiner Form im Hier und Jetzt. Er betont, dass es ohne Zazen überhaupt keinen wahren Buddhismus gibt.

In diesem Kapitel fasst Dôgen seine Lehre von dem Streben und dem Willen zur Wahrheit zusammen. Es wird vermutet, dass er diesen Vortrag für Laien ausgearbeitet hat, sodass er sehr direkt und auch ziemlich knapp gehalten ist. Dôgen erklärt seinen Zuhörern die wichtigen Eckpunkte des buddhistischen Weges, der mit dem festen Willen zur Wahrheit beginnt und unauflösbar mit dem Bekenntnis zu den drei Juwelen Buddha, Dharma und Sangha verbunden ist. Die Zazen-Praxis spiele dabei eine ganz wesentliche Rolle. Dôgen lehrt hier mit einfachen Worten die entscheidenden Bereiche des Buddha-Dharma, also des buddhistischen Lebens in Theorie und Praxis. Er beginnt dieses Kapitel mit den folgenden Worten:

„Bei dem Streben nach Buddhas Wahrheit sollten wir den Willen zur Wahrheit als das Wichtigste ansehen. Menschen, die wissen, was es mit dem Willen zur Wahrheit auf sich hat, sind (aber leider) selten. Wir sollten diese (Wahrheit nur) unter solchen Menschen erkunden, die sie klar erkennen.“

Das heißt, dass die Entscheidung, die wirkliche Wahrheit zu suchen, in unserem eigenen Leben von größter Wichtigkeit ist. Sicher haben gerade viele jüngere Menschen die feste Absicht, herauszufinden, was wahr und was falsch ist. Sie suchen diese Wahrheit in der Familie, in der Gesellschaft und auf der ganzen Welt. Häufig erlahmt dieser Antrieb im Laufe des Lebens jedoch, weil es in der Tat sehr schwer ist, bei dieser Suche auf die richtige Spur zu kommen, die wirklich weiterführt. Mit dem Beginn des Lebens als Erwachsener tauchen meist viele praktische Probleme auf, die bewältigt werden müssen. Das Streben nach Erfolg und dem sogenannten Aufstieg im Beruf, der mit finanziellen und materiellen Vorteilen verbunden ist, beginnt eventuell, die grundsätzlichen, tiefgehenden Fragen des Lebens in den Hintergrund zu drängen. Das Lebensglück wird dann meist nur noch mit dem Erwerb materieller Objekte verbunden. Wenn man sich dabei finanziell übernimmt, wachsen die Probleme und Engpässe umso mehr.

Dôgen rät uns, einen Menschen und Lehrer zu finden, der die Wahrheit klar erkannt und sein Leben deutlich danach eingerichtet hat. Dies bedeutet für uns heutige Buddhisten keineswegs, dass wir uns in eines der wenigen Klöster zurückziehen und damit eventuell in eine scheinbar heile Welt flüchten. Nishijima

Roshi lehrt zum Beispiel, dass wir den modernen Buddhismus im Alltag, im Hier und Jetzt und in der sozialen Verantwortung der Gegenwart entwickeln und pflegen sollten. Dabei hat die tägliche Zazen-Praxis einen zentralen Stellenwert. Im Gegensatz zu den schwierigen Lebensbedingungen der Laien im alten Japan bleibt heute genügend Zeit, um Zazen zu praktizieren und den Buddhismus gründlich zu studieren und so die große Wahrheit zu suchen. Dôgen führt hierzu Beispiele einiger verantwortungsvoller Minister im alten China an, die trotz ihrer hohen Arbeitsbelastung Zazen praktizierten und den höchsten Zustand des Erwachens erlangten.

Dôgen warnt vor denjenigen Menschen, die zwar behaupten, dass sie den Willen zur Wahrheit besitzen, was aber in Wirklichkeit nicht stimmt. Man erkenne aber nicht immer sofort, ob jemand wirklich den Weg der Wahrheit suche oder es nur vorgebe. Weiterhin sollten wir uns nicht zu sehr auf unsere eigenen subjektiven Vorstellungen und Erwartungen verlassen, sondern uns dem Gesetz des Universums und der Welt öffnen, das der Buddhismus in Theorie und Praxis lehrt. Dabei könne es uns helfen, uns die Unsicherheit in der Welt und in unserem eigenen Leben ohne Selbstlüge vor Augen zu führen, um wirklich tieferzugehen und weiterzuforschen. Viele der von Interessen gesteuerten Scheinwahrheiten und die „Lehren“ der selbsternannten Meister, die in Wirklichkeit auf ihren eigenen Vorteil bedacht sind, lauern als Gefahren auf unserem Weg und müssen erkannt und bewältigt werden.

Umgekehrt seien oft die Menschen nicht ohne Weiteres erkennbar, die den Willen zur Wahrheit wirklich besitzen, sodass es nicht einfach sei, einen wahren Lehrer zu finden. Der Wille zur Wahrheit steht am Anfang des buddhistischen Weges und ist der erste Schritt zur Überwindung des Leidens beim Achtfachen Pfad. Dôgen hält diesen Willen für unabdingbar, um mit der Praxis und dem Studium der Lehre überhaupt zu beginnen, und betont:

„Wir müssen nicht unseren eigenen Geist als das Wichtigste ansehen. Wir sollten das große Gesetz, das der Buddha gelehrt hat, als das Wichtigste sehen. Nacht und Tag sollten wir andauernd (und unbeirrt) unseren Geist dabei ganz ergreifen lassen, wie der Wille zur Wahrheit sein sollte.“

Dabei kommt es auf das Tun und Handeln selbst an und nicht auf eine Selbst-Betrachtung, wie wir die Suche nach der Wahrheit gestalten. Dôgen formuliert es so:

„Wir müssen uns nicht unbedingt dessen bewusst sein: ‚Ich denke über die Unzuverlässigkeit der Welt nach‘.“

Der Schwerpunkt sollte nicht auf uns selbst, sondern auf den Dharma gelegt werden. Daher ist auch eine übergroße Sorge für den eigenen Körper und das eigene Leben eher hinderlich.

Dann unterstreicht Dôgen noch einmal, dass wir uns zu den drei Juwelen Buddha, Dharma und Sangha bekennen oder, wie es häufig heißt, zu ihnen Zuflucht nehmen sollen. Er empfiehlt uns, dabei Opfergaben zu spenden, also handelnd auf diesem Weg weiterzugehen. Er sagt: „Wenn wir schlafen und wachen, sollten wir das Verdienst der drei Juwelen bedenken.“

Außerdem spricht er davon, dass wir diese drei Kostbarkeiten „singen“ oder rezitieren sollten, und verweist darauf, dass die im Buddhismus traditionell gelehrt „mittlere Existenz“ zwischen Tod und Leben ebenfalls durch Singen und Preisen der drei Juwelen erfüllt sein sollte. Dadurch werde der Geist angetrieben und erlahme nicht. Dôgen geht auf die damalige Vorstellung der Wiedergeburt ein und erwähnt, dass in einer mittleren Phase zwischen dem Tod und der erneuten Geburt sieben Tage in einer Zwischenexistenz verbracht werden. Er will damit die Bindung an den buddhistischen Weg und die drei Juwelen im Bewusstsein der Menschen ganz fest verankern. Sein Vorschlag kommt damit einem Mantra sehr nahe und soll auch den Geist für die kommenden Geburten erfüllen. Nach der damaligen Vorstellung besitzt man in der Zwischenexistenz der sieben Tage das übernatürliche Auge, man sieht also alles ganz klar, ohne Grenzen und ohne Behinderung. So soll unser Leben und Sterben ganz davon durchdrungen werden, dass wir auf dem buddhistischen Weg fortfahren und nicht abirren. Dôgen verkündet:

„Dann werden die Buddhas der zehn Richtungen uns ihr Mitgefühl schenken. Sogar unsere schweren Vergehen werden umgewandelt, für die wir sonst in eine schlechte Welt eingehen würden. Dies wird durch die anwesende Wirksamkeit dieser (guten) Ursachen geändert.“

Er sagt, dass diese Wirkung wie folgt genannt wird: „Den Dharma bis zum Grund zu verwirklichen“ und „Die Wahrheit Buddhas ist im Körper gegenwärtig“.

Schließlich rät Dôgen uns, in unserem Leben ein Buddha-Bild zu erstellen, also sein Bild zu malen oder eine Buddha-Figur zu modellieren. Für ein solches Bild sollten wir drei Arten von Gaben spenden: Sitze aus Stroh, gesüßte Getränke

und Licht. Er bittet seine Zuhörer, das *Lotos-Sûtra* abzuschreiben, es zu drucken und es sorgsam zu bewahren. Wir sollen Niederwerfungen machen und Blumen, Räucherstäbchen, Licht, Essen, Trinken und Kleidung geben. Ferner empfiehlt er, das buddhistische Kesa-Gewand zu tragen und im Zazen zu sitzen.

Am Ende bekräftigt er noch einmal:

„Zazen ist nicht eine Methode der dreifachen Welt (der gewöhnlichen Menschen), es ist die Methode der buddhistischen Vorfahren im Dharma.“

Die gewöhnlichen drei Welten sind durch die Gier, die Fixierung auf die Materie und die Idee der Nicht-Materie gekennzeichnet.