

Clip 4

Den Geist nach Hause bringen – Von der Tradition des Zen-Buddhismus

Katate wo kaku koto ha donna oto ga shimasu ka?

[片手を拍ことはどんな音がしますか?]

Wie klingt das Klatschen einer einzelnen Hand?... – ...

Zunächst scheint diese Frage überhaupt keinen Sinn zu ergeben. Zu einem hörbaren Klatschen bedarf es doch zweier Hände...?!

Und doch steckt hinter diesem Rätsel viel mehr, als man zunächst denken mag: Denn solcherart nebulöse Fragen, Sätze oder Kurzgeschichten, auf Japanisch „Koan“ genannt, werden Zen-Schülern von ihren Meistern zur Kontemplation und geistigen Herausforderung aufgetragen.

Aber erst mal ganz von vorne: Zu Beginn des 6. Jahrhunderts nach unserer Zeitrechnung reiste ein sagenumwobener Mönch namens Bodhidharma von seiner Heimat in Indien in das Nördliche Reich des damals in verschiedene Dynastien aufgeteilte China. Lange Zeit durchschritt er der Legende nach die Ebenen und Berge, bis er sich schließlich in dem heute noch berühmten Shaolin-Kloster niederließ.

Der ansässige Orden entwickelte unter anderem die Urform der Kampfkunst „Kung Fu“. Gleichzeitig etablierte sich dort eine meditative Praxis, auf Chinesisch „Chan“ genannt, die sich auf dem Buddhismus gründete und stark durch Daoismus und Konfuzianismus beeinflusst war. Bodhidharma lehrte diese Geistesschule und galt damit als der erste Patriarch des Chan.

Ungefähr sechs Jahrhunderte später wurde diese Meditationsmethode als „Zen“ auf den japanischen Inseln eingeführt und fortan in viele Richtungen weiterentwickelt.

Mizu no naka no sakana ha, mizu o toikakemasen.

[水の中の魚は水を問いかけません。]

Der schwimmende Fisch fragt nicht nach dem Wasser... – ...

Text von Sarah A. Besic



Das muss er ja auch nicht, denkt man. Schließlich umgibt es ihn doch ständig. Und doch weist auch dieser scheinbar abwegige Satz geschickt auf ein wesentliches Charakteristikum des Zen hin: Die Bewusstwerdung.

Ziel der Zen-Praxis ist es nämlich, sich des Momentes in seiner Zeitlosigkeit fortwährend gewahr zu werden. Die Praktizierenden sollen, sitzend oder gehend, lernen, den immerwährenden Strom innerer und äußerer Ereignisse bewusst und gleichmütig wahrzunehmen und sich dabei möglichst nicht ablenken zu lassen.

Durch angedeutete oder sachte Schläge mit einem Bambusstock auf den Rücken des Adepten soll währenddessen einem drohenden Abschweifen von der geforderten Konzentration entgegengewirkt werden.

Unglaublich hingegen mag es in diesem Zusammenhang für unsere Ohren klingen, dass der Gründervater Bodhidharma geschlagene neun Jahre in Versenkung gesessen haben soll und sich, um dem Schlaf zu entrinnen, die Augenlider abgerissen hat.

Fernab solcher extrem asketischer Methoden wird Zen heute weltweit und in vielerlei Formen praktiziert. Gegenwärtige Zen-Gemeinschaften sind in Klöstern, Tempeln oder Vereinen organisiert. Und gerade hier in Halle ist es die am häufigsten vorzufindende Form des Buddhismus. Interessierte treffen sich in der Saalestadt in Privatwohnungen, Läden oder sogar einem Tempel, um dort ihrem Anliegen, den „eigenen Geist nach Hause zu bringen“, nachzugehen.

Quellen:

Fischer-Schreiber, Ingrid; Schuhmacher, Stephan [Hrsg.]: Lexikon der östlichen Weisheitslehren – Buddhismus, Hinduismus, Taoismus, Zen. O. W. Barth Verlag, München, 1997.

Watts, Alan W.: Zen-Buddhismus : Tradition und lebendige Gegenwart. Rowohl-Verlag, Reinbek, 1961.

Text von Sarah A. Besic



Sounds:

„The Colour of Blue“ von Jeris feat. SackJo22, veröffentlicht am 24.10.2014 unter:
http://dig.ccmixter.org/files/VJ_Memes/47890 (13.02.2015).

Raga by Matt Sowell [CC BY-NC-ND 3.0 US]

Hold My Hand (Ambient Mix) by Ars Sonor [CC BY-SA 4.0]

Zenperi 1 by Xalm Retribution [CC BY-NC-SA 3.0]