

Zuigan und die ewige Wahrheit

Das Besondere im Leben und Wirken von Zuigan war, dass er Tag für Tag nur mit diesem Koan arbeitete, nämlich, sich »Meister« zu rufen und sich auch selbst bejahend zuzurufen: »Ganz wach! Ganz wach!« Wie viele andere berühmte Meister lebte auch er in der Blütezeit des Zen in China. Ebenso klassisch ist seine Biographie: In jungen Jahren zum Mönch geweiht, wurde er Schüler eines bedeutenden Meisters. Von der ersten Begegnung zwischen ihm und Ganto, dem sechsten Dharma-Ahnen ist folgender Dialog überliefert. Zuigan fragte: »Was ist die ewige Wahrheit?«

Der Bericht lässt offen, in welcher Geistes- oder Gemütsverfassung der junge Mönch diese uralte Frage stellte. War er einfach nur neugierig oder bereits getrieben von einer existenziellen Not? Wollte er vielleicht gar couragiert genug den berühmten Lehrer testen? Wir wissen es nicht. Wie auch immer, Zuigan nimmt eine Frage auf, die Menschen seit jeher bewegt und auch in Zukunft bewegen wird, denn ihre Antwort verheißt Sicherheit und Orientierung.

Zuigans Frage hat eine gewisse Parallele zum letzten Fallbeispiel, in welchem ein Mönch eine endgültige und umfassende Erläuterung zum Wesen des Buddha wünschte und eine überraschende Antwort erhielt: »Kanshikezu«. Wie Unmon vermied auch Ganto den Disput, die Ebene des diskursiven Denkens um die ewige Wahrheit. Er gab die schneidend bewertende Antwort: »Du hast sie verfehlt!« Zuigan seinerseits ließ sich nicht einschüchtern und bohrt weiter: »Und was ist, wenn ich sie verfehlt habe?« Worauf Ganto erwiderte: »Dann ist es nicht mehr die ewige Wahrheit!«

Diese eindrückliche Begegnung bildete nicht nur den Auftakt einer intensiven Zen-Schulung, die mit der Ernennung Zuigans zu Gantos Nachfolger einen Höhepunkt fand. Sie verdeutlicht auch kurz und präzise die Essenz des Zen: Wahrheit, die in begriffliches Denken gefasst werden kann, ist nicht mehr die ewige Wahrheit.

Wer ruft?

Mumon, ein Meister des 13. Jahrhunderts und Kommentator vieler berühmter Zen-Geschichten, schrieb zu diesem Koan einen wunderbaren, kurzen und prägnanten Text: »Zugleich Käufer und Verkäufer ist der

alte Zuigan. Er hat viele Götter- und Teufelspuppen, mit denen er Theater spielt. Was soll's? Passt auf! Einer ruft. Einer antwortet. Einer bleibt wach. Einer lässt sich vom anderen nicht täuschen. Bleibt ihr aber dort stecken, seid ihr im Irrgarten. Würdet ihr Zuigan nachzuahmen versuchen, hättet ihr nur die Einsicht eines Fuchses.«²⁵

Fast möchte man meinen, dass in dieser Geschichte verschiedene Personen miteinander reden: Der Beginn ist noch eindeutig auszumachen. Es ist Meister Zuigan selbst, der sich Meister ruft. Doch wen spricht er damit an? Zwar gibt er sich selbst Antwort, aber wer bejaht denn nun wirklich die Aufforderung zur Meisterschaft und äußert, ganz wach zu sein, jeden Augenblick? Welche Beziehung besteht zwischen Rufendem und Antwortendem? Und wer lässt sich von wem nicht täuschen und beendet den Dialog mit einem doppelten »NEIN«?

Aus der Perspektive des Zen, das ahnen wir bereits, ist die Antwort einfach und klar. Wer nach den verschiedenen Personen sucht, verliert sich im Irrgarten von Theorien, Konzepten, Vorstellungen und Meinungen. Der Meister steht für unser wahres Wesen. In diesem wahren Selbst wie im »JA«, »GANZ WACH« und »NEIN« manifestiert sich das ganze Universum.

Zen ist eine entscheidende Hilfe, dies zu realisieren und entsprechend in den Alltag umzusetzen.

Uns interessiert hier das Spezielle und Konkrete der Geschichte: Welche Aspekte der Persönlichkeit werden angesprochen und gefördert, wenn wir uns immer wieder aufs Neue »Meister« oder »Meisterin« nennen. Was passiert in und mit einem Menschen, der dieses Ziel stets neu bejaht? Der zudem in sich einen Bewusstseinszustand der Wachheit fördert und anderen nicht kritiklos hinterherläuft? Im Folgenden werde ich diese Aspekte der Geschichte beleuchten und daraus Anregungen ableiten für Menschen, die in Verantwortung stehen.

Meister und Meisterin des Lebens

Fast täglich wird in den Nachrichten von Meisterschaften in sportlichen Disziplinen berichtet, Veranstaltungen, auf denen sich die besten Athleten oder Mannschaften messen und im Wettbewerb ausgezeichnet werden. Für hochbegabte Musikerinnen und Musiker werden im Sommer in vornehmen Touristenorten regelmäßig Meisterkurse durchgeführt. Der Meister jedoch, von dem in unserer Geschichte die

Rede ist, strebt weder nach Auszeichnungen noch ist er besonderes talentiert. Er wohnt in jedem Menschen und wartet einfach nur darauf, dass er erwachen und sich manifestieren darf. Es ist der Mensch in uns angesprochen, der ganz natürlich selbstbewusst im All-Bewusstsein lebt und ohne Rang und Namen ist. Er zeichnet sich durch Wachheit und Präsenz in Körper, Seele und Geist aus. Trotz der Gewissheit, ohne Rang und Namen zu sein, weiß er um die eigene Macht und Größe. Auch davor schreckt er nicht zurück, sondern wächst Schritt für Schritt in die damit verbundene Verantwortung hinein. In allen Menschen lebt – mehr oder weniger verschüttet – die Sehnsucht, diesen inneren, einzigartigen Meister zu finden und entsprechend zu leben.

Auf dem Weg zum inneren Meister, der inneren Meisterin entfaltet sich die Einzigartigkeit jedes Menschen. In uns ruht ein Potenzial, das durch Mühe und Anstrengung zur Fähigkeit und durch regelmäßiges Üben zur Fertigkeit wird. *Excellency* heißt dieses Entwicklungsziel im Businessbereich. Niklaus Brantschen nennt die aus spiritueller Erfahrung gewachsene und durch Übung gewonnene Leichtigkeit, gut zu sein und das Gute gern zu tun, Tugend.²⁶ Diese Arbeit an uns

selbst darf jedoch nicht verwechselt werden mit der mühevollen und gleichzeitig erfolglosen Anstrengung, neurotische Über-Ich-Ideale verwirklichen zu wollen, wie beispielsweise immer die Beste oder der Brillanteste sein zu müssen. In der Meisterschaft, von der hier die Rede ist, arbeiten wir nach und nach unsere einzigartige, einmalige und unverwechselbare Persönlichkeit heraus.

Die Förderung der brachliegenden Talente kann alle Bereiche unseres Seins – körperliche, psychische und geistige – umfassen und bleibt ein lebenslanger Lernprozess. Wenn wir ein waches Auge dafür haben, so erkennen wir in unserem Umfeld Menschen, die von der Mühe und Anstrengung zur Freude an der kontinuierlichen Entwicklung gefunden haben, wie etwa die Frau, die mit 80 Jahren jeden Morgen in der russischen Originalausgabe von Tolstois Roman *Krieg und Frieden* liest, um ihre geistige Fitness nicht zu verlieren, oder der Mann, der mit 50 beginnt, sich um den inneren Menschen zu kümmern, und sich nicht scheut, Seminare zur Selbsterkenntnis und Partnerschaft zu besuchen, um in seiner Liebesfähigkeit zu wachsen. Die Begegnung mit solchen Menschen kann uns ermutigen, das Älterwerden als Möglichkeit zu sehen, innerlich zu reifen und zu wachsen, auch wenn die körper-

lichen Kräfte unaufhaltsam abnehmen. Übung macht den Meister. Das gilt nicht zuletzt für den Geist.

Meister und Meisterin der Gedanken

Zur Lebenskunst gehört neben der Entfaltung unseres einzigartigen Potenzials ganz gewiss auch der bewusste Umgang mit unseren Gedanken und Gefühlen. Menschen, die meisterlich mit ihren Gedanken umgehen, wissen, dass diese die Tendenz haben, sich zu manifestieren. Die Psychologie spricht in diesem Zusammenhang von sich selbst erfüllenden Prophezeiungen. Wenn wir uns immer wieder einreden, dass wir dies oder jenes nicht können, wie zum Beispiel am Morgen etwas früher aufstehen, damit wir nicht gehetzt dem Tag hinterherrennen, sondern ihn vielmehr empfangen und auf die Aufgaben zugehen, die er für uns bereithält, dann werden wir nie fähig dazu. Viele unserer Grenzen setzen wir uns selbst, und zwar in unserem Denken. Es lohnt sich, auf die unwichtig scheinenden Gedanken in unserem Leben zu achten. Ihr Einfluss auf unsere Befindlichkeit und Selbstkompetenz ist nicht zu unterschätzen.

Die Wirkmacht der Gedanken hat im letzten Jahrhundert Masaru Emoto im Zusammenhang mit Wasser

erforscht und ist dabei zu eindrucklichen Ergebnissen gekommen. Er konnte nachweisen, dass Wörter, Gefühle und Gedanken die Kristalle des Wassers dramatisch beeinflussen. In einem speziellen Verfahren zeigte er, dass positiv geladene Informationen wie Liebe und Frieden wunderschöne, klar geformte Kristallformen hervorbringen, während die Wasserkristalle auseinanderbrechen, die mit negativen Botschaften aufgeladen wurden.²⁷ Da der Mensch zu über 70 Prozent aus Wasser besteht, darf es nicht verwundern, dass negative Gedanken über uns selbst uns auf die Dauer tatsächlich negativ machen. Der Zustand des Wassers spiegelt sozusagen den menschlichen Geist. Auf die globale Ebene bezogen reflektiert der Zustand der Meere, Flüsse und Seen die Geisteshaltung der heutigen Menschheit. Nehmen wir die Botschaft des Wassers ernst, so sind wir aufgefordert, das Bewusstsein für unsere Gedanken zu schärfen und die negativen in positive umzupolen. Damit sorgen wir nicht nur für unser persönliches Wohlbefinden, wir tragen ebenso in einem bescheidenen, aber nicht weniger wichtigen Maße zur Erhaltung der Biosphäre unseres Planeten bei.

Erwin Laszlo, Physiker und Zukunftsforscher, geht in der Beschreibung seiner Forschungsergebnisse noch einen Schritt weiter. Er stellt fest, dass unsere

Gedanken im Vakuum der Materie gespeichert bleiben. Wenn wir diese Erkenntnis nicht nur als interessante Information aufnehmen, sondern auch als Tatsache in unser Leben integrieren, dann werden wir anerkennen müssen, dass mit unserer Art und Weise zu denken eine große Verantwortung verbunden ist. Unsere negativen oder positiven Gedanken über uns, andere Menschen, Dinge und Situationen bestimmen sozusagen das geistige Feld auf unserem Planeten mit. Laszlo schreibt:

»Was wir denken und fühlen, kann unsere Mitwesen beeinflussen, und zwar nicht nur diejenigen, die uns hier und jetzt nahe stehen, sondern auch diejenigen an entfernten Orten und in kommenden Generationen.« Für Erwin Laszlo folgt daraus eine »neue Dimension der Verantwortung menschlicher Wesen«.²⁸

Das Wissen um die Wirkmacht der Gedanken auf das eigene Leben ist ganz besonders in den spirituellen Traditionen lebendig, aber nicht nur dort. Der Schweizer Schriftsteller Gottfried Keller hat es einmal so formuliert : »Wer heute einen Gedanken sät, erntet morgen die Tat, übermorgen die Gewohnheit und endlich sein Schicksal.«