

Teishos zum Herz-Sutra

Einleitung

II.

Die Bezeichnung Herz-Sutra ist eine Verkürzung, die den Inhalt des Sutra eigentlich nicht wiedergibt. Daher möchte ich damit beginnen, den vollständigen Titel des Sutras zu nennen und kurz dazu etwas sagen. In Sanskrit heißt dieses Sutra: *Prajñâpâramitâ-hṛdaya-sûtra*. *Hṛdaya* heißt Herz. *Prajñâ* wird gewöhnlich mit Weisheit übersetzt und bei *Prajñâpâramitâ* spricht man gewöhnlich von vollkommener Weisheit oder vollkommenen Verstehen¹. *Pâramitâ* wird meist mit Vollkommenheit oder Vollendung übersetzt, die wörtliche Übersetzung lautet jedoch: „das, was das andere Ufer erreicht hat“.²

Den vollständigen Titel unseres Sutra können wir also alternativ so fassen: Das Sutra vom Herz der vollendeten großen Weisheit³, vom Herz der vollkommenen großen Weisheit oder vom Herz des vollkommenen Verstehens.⁴ Oder auch in größtmöglicher Anlehnung an den Originaltext: Das Sutra vom Herz der Weisheit, die das andere Ufer erreicht hat.

Damit ist – versteckt und nicht ohne weiteres in seiner vollen Relevanz, um nicht sogar zu sagen, Brisanz deutlich gemacht– bereits etwas ganz Wesentliches gesagt. Wie Bernard Glassman zu Recht hervorhebt, ist hier das Perfekt gebraucht!⁵ Das, was das andere Ufer erreicht hat. Um die Verwirklichung einer solchen Weisheit bzw. eines solchen Verstehens geht es im Herz-Sutra.

Anstatt davon auszugehen, dass wir uns vom Zustand der Täuschung zum Zustand der Erleuchtung entwickeln, weist Pâramitâ darauf hin, dass wir bereits dort sind. Hier ist das andere Ufer. Hier ist die Erleuchtung.

¹ Vgl. Thich Nhat Hanh, Mit dem Herzen verstehen, 1999, S. 24; vgl. auch Ursula Richard, ebd., S. 10.

² Bernard Glassman, a.a.O., S. 21.

³ Bernard Glassman, a.a.O., S. 15.

⁴ Thich Nhat Hanh, a.a.O., S. 15 und S. 24.

⁵ Bernard Glassman, a.a.O., S. 21.

So betont es Bernard Glassman.⁶ Das Einzige, was ich hier aus meiner Sicht korrigieren würde, ist die Verwendung des Wortes „Zustand“. Denn sowohl das, was wir als Täuschung = Unwissenheit, Ignoranz bezeichnen, wie auch das, was wir Erleuchtung = Erwachen zur wahren Natur, Nicht-Wissen nennen, sind keine Zustände im Sinne einer gefestigten, unbeweglichen Natur, sondern sind in Bewegung: Moment für Moment. Wir müssen, wie Thich Nhat Hanh, der anstelle von Weisheit von Verstehen spricht,

*... deshalb lernen, unsere eigenen Sichtweisen hinter uns zu lassen. Wirkliches Verstehen kann, so wie das Wasser, fließen und alles durchdringen. Ansichten, Wissen und Weisheit hingegen sind fest und können den Fluss des Verstehens hemmen.*⁷

Daher ist der Hinweis von Bernard Glassman, dem ich mich ja angeschlossen habe, zwar (weiterhin) richtig, darf aber nicht den Unterschied verschleiern zwischen dem, was in Wirklichkeit jetzt in diesem Moment und in unendlicher Zukunft gleich Ewigkeit ist, und dem, was wir – leider eben so oft – nur unzureichend vorfinden in unserem Gewahrsein. Und deshalb spricht das Herz-Sutra unabhängig von der jeweiligen Übertragung in seinen ersten Zeilen vom tiefen Üben in Prajnâpâramitâ, einem Üben der Einsicht, die [uns] an das andere Ufer bringt.

Bevor ich noch ergänzend und vertiefter auf diese Fragen, die bereits die Überschrift des Sutras aufwirft, eingehe, möchte ich kurz etwas zur Geschichte des Sutras und seine Herkunft sagen.

Die (auch) von mir verwendete Grundversion des Herz-Sutras wurde, wie ich den Anmerkungen zum gerade in Deutsch erschienenen Buchs von Thich Nhat Hanh⁸ entnehme, vermutlich im fünften und sechsten Jahrhundert n. Chr., jedenfalls aber vor dem siebten Jahrhundert n. Chr. verfasst. Ein früher

⁶ A.a.O.

⁷ Thich Nhat Hanh, a.a.O., S. 24.

⁸ Thich Nhat Hanh, Der Weg zur Befreiung Das Herz-Sutra – Schlüssel zum Zen, 2025, S. 137.

chinesischer Text liegt in der Übersetzung von Meister Xuanzang vor und ist um 649 n. Chr. entstanden. Interessant und für uns noch später wichtig ist dabei der Umstand, dass in dieser chinesischen Übersetzung vom Mahâ Prajnâpâramitâ Sutra die Rede ist.⁹ Auch Bernard Glassman verwendet diese Bezeichnung mit diesem Zusatz „Mahâ“, welcher groß (in einem qualitativen wie auch in einem quantitativen Sinne) bedeutet. Wie sich eine im Hôryu-ji-Tempel in Japan aufgefundene Version des Herz-Sutras, die auf das Jahr 609 n. Chr. datiert wird,¹⁰ dazu verhält, ist mir nicht bekannt. Diese Niederschrift in chinesischen Schriftzeichen soll die älteste erhaltene Kopie des Sutras sein.¹¹ Obwohl in der Wissenschaft noch nicht geklärt ist, wann genau das Herz-Sutra erstmals niedergeschrieben wurde, von wem oder von welchen Autoren und ob der Text aus Indien oder China stammt, wird es allgemein als Zusammenfassung in immer komprimierterer Form einer Sammlung von Sanskrit-Texten angesehen, die als die Sammlung Prajnâpâramitâ bekannt geworden ist (wozu offenbar auch das Diamant-Sutra, vor dem Herz-Sutra entstanden, gehörte),¹² die wohl bereits um 100 v. Chr. zusammengestellt wurde.¹³

Noch heute wird das Herz-Sutra täglich in Mahayana-Klöstern und Gemeinschaften rezitiert. Ich habe dies auf den drei Kenshukais von Sanbo-Zen erlebt, dort in japanischer Sprache. Durchaus beeindruckend, wenn dies geschieht und aus vielen Kehlen schließlich dieses „*Gate, gate, pâragate, pârasamgate, bodhi svâhâ!*“ ertönt. In den Gemeinschaften der Plum-Village-Tradition von Thich Nhat Hanh wird im deutschen Sprachraum das Sutra in deutscher Sprache rezitiert.¹⁴ Zu dieser Frage, die immer wieder auch zu anderen Rezitationstexten in der Zen-Szene diskutiert bzw. unterschiedlich beantwortet wird, ist folgender Text von Bernard Glassman hilfreich, den ich wie folgt für mich zusammenfasse:

⁹ Vgl. bei Thich Nhat Hanh, a.a.O., S. 138.

¹⁰ Vgl. bei Thich Nhat Hanh, a.a.O., S. 140.

¹¹ Robert Wydler Haduch, Form ist Leere ist Form, 2016, S. 100.

¹² Vgl. bei Thich Nhat Hanh, a.a.O., S. 137.

¹³ Thich Nhat Hanh, Mit dem Herzen verstehen, S. 11.

¹⁴ Vgl. bei Thich Nhat Hanh, Der Weg zur Befreiung Das Herz-Sutra – Schlüssel zum Zen, S. 135 f.

Rezitation hat einen Wert in sich. Aber das Lesen und Verstehen des Textes (in meiner Sprache) hat ebenfalls einen Wert. Wenn es nicht so wäre, müsste ich sofort mein Teisho beenden. Ich zitiere:

Manchmal wird behauptet, es sei nicht notwendig, das Herzsutra in deutscher Übersetzung zu lesen, da die Essenz dieser Schrift über die Weisheit sich bereits erschließe, wenn die ursprüngliche Sanskrit-Fassung einfach nur rezitiert wird. Natürlich ist das Herzsutra vollkommen in der Handlung des Rezitierens enthalten, wenn wir es wirklich einfach nur rezitieren. Wenn wir so rezitieren, dass nichts anderes geschieht, wenn unsere gesammelte Aufmerksamkeit, unser ganzer Körper und Geist, sich vollkommen im Klang A konzentrieren (der ersten Silbe des Originaltextes, „Avalokiteshvara...“), dann ist das alles, was existiert: einfach nur A!, einfach nur das Ende jeder Spur einer Trennung von Subjekt und Objekt – was nichts anderes ist als unser Zazen selbst. Wenn wir mit gesammelter Aufmerksamkeit einfach nur rezitieren, gibt es keine Trennung und diese Nicht-Getrenntheit ist shunyata, Leerheit, oder das, was ich Nicht-Wissen nenne. Dann realisiert sich die Wirklichkeit vollständigen Handelns, in der alles sich genau in diesem Moment konzentriert. Ganz und gar in diesem Moment zu sein bildet das Herz unserer Praxis – Moment für Moment. Dann ist es ganz gleich, welche Worte rezitiert werden. Wenn sie mit ganzem Herzen A werden, ist A nicht einmal mehr A, es ist dann fast gesamte Universum und umfasst alles.¹⁵

Ja, kann man dazu sagen, obwohl sich die Frage aufdrängen könnte, dass man dann auch das Telefonbuch rezitieren könnte. Aber wenn eben nicht, worüber wir uns wohl einig sind, warum nicht? Der Unterschied ist der, dass wir uns bei dem Text aus dem Sutra o. ä. einer Bedeutung bewusst sind, die die Worte mit sich tragen, auch wenn wir die Worte als Bedeutungsträger direkt nicht verstehen können, und sie in einer entsprechenden inneren Haltung rezitieren.

¹⁵ Bernard Glassman, S. 17 f.

Aber nach der Rezitation gibt es den nächsten und den übernächsten Moment, wenn ich zum Beispiel wieder für mich auf dem Kissen sitze und Gedanken und Gefühle mich bedrängen oder ablenken oder gar verführen wollen. Es gibt den Moment, wo wir vom Kissen aufstehen und in unser gewöhnliches, alltägliches Leben eintauchen, vielmals als ein Eintauchen-Müssen empfunden. Und da rezitiert nichts, sondern präsentiert sich in schonungsloser Direktheit und Herausforderung! Da muss sich aber alles bewähren! Vergessen wir das nicht! Da, in diesen Momenten, geht es dringlich und dinglich um genau das, was wir im Sutra gelesen oder rezitiert haben. Um dasselbe Verständnis im Gleichen des Alltags. Und vor allem um den Vollzug der Einsicht, soweit sie uns geschenkt wird. Der Einsicht, „vom anderen Ufer“.

Und in einem solchen Geschehen kann es so sein, wie Bernard Glassman es mit den folgenden Worten beschreibt:

*Wir gehen nicht an das andere Ufer; das andere Ufer kommt zu uns. Etwas geschieht, und wir erwachen zu der Realisation, dass das Ufer sich direkt unter unseren Füßen befindet. Genau dieser Körper ist Buddha, und alle Klänge dieser Welt – alles, so wie es geschieht – sind Buddhas Lehren.*¹⁶

Wie ich das nun schreibe, lichtet sich der leichte Nebel in meinem Kopf, der sich da gebildet hatte, als ich an die Rezitationen auf den internationalen Kenshukais dachte und diese vorhin erwähnte und den Gedanken ansah, der mir zu signalisieren versuchte, warum ich mich mit unserer Praxis im Programm Leben aus der Mitte so sehr angefreundet habe und es für hilfreich und entlastend halte, solche Rezitationen sein zu lassen, außer der der vier Bodhisattva-Gelöbnisse in Deutsch. Ich habe auf den Kenshukais ein nicht nur mentales, sondern auch ein körperliches Unbehagen bis hin zu einem Gefühl von Widerstand erlebt, was ich jetzt genauer fassen kann. Es war dies das Empfinden, dass all diese Zen-LehrerInnen dort mit Inbrunst und aber auch Wollen letztlich auf etwas ausgerichtet waren, was ganz bescheiden in all dem in ihnen, unter ihnen und drumherum

¹⁶ A.a.O., S 22.

präsent war, aber irgendwo da draußen als noch als etwas Großartiges zu erreichen sein sollte (und erreicht werden wollte), dieses andere Ufer/Nirvana/Vollendung/Vollkommenheit. Und die andere Komponente schwang auch mit: Das Besingen von etwas, was schon erreicht worden sei und was nun in Form dieses Mantra verkündet werde. Dabei ist es doch so – und niemand dort würde es abstreiten – nichts ist jemals erreicht worden und nichts kann oder wird erreicht werden.

So möchte ich diesen Abschnitt der Einleitung mit folgendem Zitat beenden, welches ich Ursula Richard verdanke, der Übersetzerin des Büchleins von Thich Nhat Hanh „Mit dem Herzen verstehen“, die völlig zu Recht in ihrem Vorwort schreibt:

... das Herz-Sutra stellt – unmittelbar aus dem Herzen kommend und auf unser Herz zielend – eine große Herausforderung für unser Verstehen dar, denn es erfordert, soll es sich uns wirklich offenbaren, dualistische Denk- und Sichtweisen aufzugeben.¹⁷

Mit dieser Herausforderung, die tatsächlich auf uns wartet, möchte ich heute dieses zweite Teisho schließen. Ich weiß auch nicht, was auf der Reise durch dieses Sutra noch an Überraschungen wartet. Aber so bleiben wir in einem aufmerksamen und offenen Gewahrsein, immer genau auf das direkt Nächste gerichtet. Das eben ist die Praxis, die durch diese Sutra bestärkt und auf die wesentlichen Punkte ausgerichtet werden soll. Also machen wir weiter.

¹⁷ Ursula Richard, in: Thich Nhat Hanh, Mit dem Herzen verstehen, S. 12.