

## Teishos zum Herz-Sutra 12

gehalten am 1. Juni 2026

Der 4. Abschnitt des Herz-Sutras setzt sich folgendermaßen fort:

*[Daher gibt es in der Leerheit] ... Keine Unwissenheit, kein Ende der Unwissenheit; kein Alter und Tod, kein Ende von Alter und Tod.*

Unwissenheit (oder Verblendung) ist das Anfangsglied der Kette, Alter und Tod sind die Endglieder der buddhistischen Lehre von den Zwölf Gliedern oder Bedingungen des abhängigen Entstehens (den Nidânas), die den Samsara-Kreislauf erklären sollen. Wenn das Herz-Sutra diese Einzelelemente verneint, klingt dies zunächst wie eine nihilistische Negation. Es besagt indes – recht verstanden – dies: Keines dieser Glieder kann aus sich selbst heraus existieren.<sup>1</sup> Sie sind in den Worten von Thich Nhat Hanh „*leer von einem getrennten Selbst*“.<sup>2</sup> Sie bedingen zudem einander alle wechselseitig.<sup>3</sup>

Was aber ist nun damit, dass die Negation auch auf das Ende von Unwissenheit und so weiter erstreckt wird? Diese doppelte Verneinung, dass auch das Ende, die Vernichtung, das Erlöschen der bereits negierten Elemente nicht existent sei, ist doch eine unverständliche Widersprüchlichkeit. Oder? Für unseren dual ausgerichteten Verstand kann etwas bereits Negiertes nicht noch irgendein Ende haben; eine Verneinung des letzteren kann doch nur zu „nichts“ führen (außer zu fortgesetzter weiterer Dualität).

Aber bedenken wir, dieses Herz-Sutra gründet sich darauf, dass der Bodhisattva Avalokitesvara zu einer tiefen Einsicht über die Wirklichkeit, die wahre Natur aller Phänomene gekommen war, wie es zu Beginn des Sutra heißt. Das Sutra nimmt so auch in seinen weiteren Aussagen Wahrheit für sich in Anspruch. Also, und das können wir mit unserem begrenzten Verstand bereits sagen, muss es bei der zweifachen Verneinung von Existenz und Nicht(mehr)-Existenz, Sein und

---

<sup>1</sup> Thich Nhat Hanh, *Mit dem Herzen verstehen*, S. 76.

<sup>2</sup> A.a.O., S. 87.

<sup>3</sup> A.a.O., S. 92.

Nicht-Sein – wie bei Shakyamuni Buddha und Avalokitesvara – um ein Überschreiten der dualistischen Kategorien des gewöhnlichen Bewusstseins gehen.

Dualität, so können wir festhalten, entsteht nur aufgrund unserer verstandesmäßig begrenzten Einsicht.<sup>4</sup> Wenn wir nachvollziehen wollen, was das Herz-Sutra uns übermitteln will, müssen wir mithin über den dualistischen Rahmen des Geistes hinausgehen. Wir müssen uns versenken. Wie Taisen Deshimaru es sagt, müssen wir die Wurzeln des Geistes in das hishiryô-Bewusstsein „*dem unbegrenzten Bewusstsein jenseits von Raum und Zeit, jenseits der Grenzen des menschlichen Bewusstseins ...*“<sup>5</sup> versenken.<sup>6</sup> Und weiter:

*Mumyô und myô, Unwissenheit und Erwachen, unterscheiden sich nicht, es sind keine getrennten Entitäten, sondern nur der doppelte Aspekt eines einzigen zugrunde liegenden, nicht differenzierten Prinzips. Die Dualität entsteht nur auf Grund unserer begrenzten Einsicht.*<sup>7</sup>

*Während des Zazen, in kû<sup>8</sup>, gibt es weder mumyô noch mumumyô, weder Unwissenheit noch Aufhören der Unwissenheit. Das ist widersprüchlich, aber wahr. Der offenbare Widerspruch verschwindet mit dem Aufgehen der Dualität im ursprünglichen Einen.*<sup>9</sup>

Da schließt sich gewissermaßen der Kreis. Denn, dass es weder Unwissenheit noch ein Ende der Unwissenheit gibt, sagte uns bereits der Sutrentext. Nun ist diese Aussage angeknüpft an unsere Zen-Übung, an Praxis, an Erfahrungstatsache. Und kann uns so motivieren, uns voll Vertrauen und ungeachtet der vielen Zweifel und Unklarheiten und Unsicherheiten, die uns sofort zu bedrängen beginnen, wenn wir uns verstandesmäßig um ein Verständnis von Gott und Welt und uns bemühen, einfach der Zen-Übung auf dem Kissen und in der Welt zu widmen. Widmen, sich einer Sache verschreiben. Genau darum geht es dabei.

---

<sup>4</sup> Vgl. Taisen Deshimaru, S. 149.

<sup>5</sup> Taisen Deshimaru, S. 142.

<sup>6</sup> Vgl. auch a.a.O., S. 149.

<sup>7</sup> Taisen Deshimaru, S. 149; zum hishiryô-Bewusstsein vgl. schon oben S. ...

<sup>8</sup> Der sog. Leerheit.

<sup>9</sup> A.a.O.

Wenn wir dies tun, entgehen wir der Gefahr, uns mit der Lehre und ihren Lehrwahrheiten oder Lehrsätzen aufzuhalten und uns dadurch davon abhalten zu lassen ins Tun zu kommen und durch dieses unser Herz so zu öffnen, dass es die Wirklichkeit unmittelbar erfährt: keine Unwissenheit, kein Ende von Unwissenheit ... Taisen Deshimaru beschreibt es, indem er auf die große Erfahrung von Shakyamuni Buddha wie folgt verweist:

*Während er in der Zazen-Haltung saß, hatte seine Meditation weder Subjekt noch Objekt. Die Wahrheit trat – ausgehend vom hishiryô-Bewusstsein, dem unbegrenzten Bewusstsein jenseits von Raum und Zeit, jenseits der Grenzen des menschlichen Bewusstseins – ganz von selbst zu Tage.<sup>10</sup>*

Verschwinden von Gegensätzlichkeit und Widersprüchlichkeit und zu Tage treten des Bewusstseins jenseits von Raum und Zeit.

Keine Existenz und keine Nicht-Existenz, kein Sein und kein Nicht-Sein, so ist abstrahiert auch die Aussage des Herz-Sutra zu den Nidânas.

Beide Aussagen, die von Taisen Deshimaru wie die im Herz-Sutra, überschreiten jeglichen Dualismus, in den wir mit unserem menschlichen Bewusstsein jederzeit (immer wieder) hineingeraten können.

Ein sehr schönes Beispiel zu diesem „Dualismus-Problem“ auch und gerade, wenn wir mit den grundlegenden Fragen zu Leben und Tod konfrontiert sind, die ja hier auch im Sutra angesprochen werden, fällt mir mit dem Koan Hekiganroku Nr. 55 (Dôgos Kondolenzbesuch) ein.

*Dôgo und Zengen gingen zu einem Trauerhaus, um ihr Beileid auszudrücken. Zengen klopfte auf den Sarg und fragte: „Lebendig oder tot?“ Dôgo sagte: „Ich werde nicht sagen lebendig. Ich werde nicht sagen tot.“ Zengen erwiderte: „Warum wirst du es nicht sagen?“ Dôgo sagte: „Ich sage es nicht, ich sage es nicht.“*

---

<sup>10</sup> Taisen Deshimaru, S. 142.

*Auf dem Heimweg sagte Zengen: „Meister, bitte sagt es mir auf der Stelle. Wenn ihr es nicht tut, werde ich euch schlagen!“ Dôgo entgegnete: „Schlage mich, wenn du meinst, aber ich werde es niemals sagen!“ ...<sup>11</sup>*

Lebendig – tot, ein ziemlich klar definiertes Gegensatzpaar, auch wenn es je nach religiöser Tradition Zwischenbereiche geben soll. Wenn es uns gelingt, nicht in einem Dualismus wie dem von Leben und Tod zu verharren, sondern unbefangen zu schauen, was jegliche Existenz von belebter und sog. unbelebter Materie, von fühlenden und von nichtfühlenden Dingen im Wesen ausmacht, werden wir dies sehen: den laufend stattfindenden Wechsel, den ständigen Wandel, die endlose Transformation, in der alles, was existiert, nicht aus nichts entsteht und nicht in nichts verwandelt werden kann. Damit sind wir dem Geheimnis der wahren Natur, der sog. Wesensnatur, und der Lebens-Wirklichkeit von absolut und relativ auf der Spur. Es gibt nur ein Fortdauern in stetem Wandel, in der (Un-)Beständigkeit des ständigen Wechsels von Augenblick zu Augenblick, und dies in fortlaufender Interdependenz. Diese Natur der Welt, dieses Geheimnis des Seins nicht nur gedanklich-philosophisch, sondern im Wege einer Erfahrung zu erkennen, darum geht es im Zen. Zen tritt so nicht in Konkurrenz zu den verschiedenen Religionen und ihren Glaubensinhalten, sondern stellt ein Angebot dar für jeden, durch die Übungspraxis und die radikalen Impulse des Zen in seiner eigenen Tradition und/oder auch nur in seinen Lebensfragen tiefer „voran“ zu kommen. Wodurch? Durch ein Transparentwerdenlassen der Trennungen, wie sie unser „Subjekt-Objekt-Bewusstsein“ ständig wie von selbst vornimmt, und der Entwicklung eines Gewahrseins von der Unbeständigkeit aller Phänomene und ihrer wechselseitigen Bedingtheit.

Da es nur so geht, weigert Dôgo sich standhaft, zu sagen „lebendig“ oder zu sagen „tot“. Ist es nicht, so möchte ich jetzt diese Fragen in den Raum stellen, gleichermaßen wahr, zu sagen lebendig, wie zu sagen tot? Oder ist es so, dass ich

---

<sup>11</sup> Das vollständige Koan nebst Einführung und Vers wie auch ein Teisho dazu können nachgelesen werden in: Leuchtende Dunkelheit – dunkles Licht, S. 251 ff.

letztlich keine Aussage dazu machen kann? Oder wäre beides nur die halbe Wahrheit?

Wie war das nochmal mit der Leerheit „im Raum“ des Inter-Seins? Und mit ihr mit dem „in der Zeit“ stehenden steten Wandel und mit der permanenten Veränderung? Und mit der Erfahrung eines unbegrenzten Bewusstseins „jenseits“ von Raum und Zeit?

Das ist der Stoff, aus dem unsere Zen-Praxis gemacht ist. Schauen wir mit diesen Fragen im Hintergrund auf mummyô, unsere Unwissenheit, und ihre Natur. Dazu weist Taisen Deshimaru auf einen „Mechanismus“ bzw. ein Grundprinzip der Lebens-Wirklichkeit hin, auf den wir schon einige Male in Teishos von mir und Ulrike hingewiesen worden sind. Hört selbst:

*Das Satori existiert nur in Abhängigkeit von mummyô (der Unwissenheit) und den bonnô (den Illusionen). Mummyô und bonnô sind daher die notwendige Vorbedingung für die Existenz von Satori.*

*Es heißt: Bonnô soku bodai – die bonnô, die Illusionen, sind selbst Satori. ... Unsere Existenz hat die Beschaffenheit von mummyô, der Unwissenheit. Wenn wir uns daher beobachten und verstehen, dann beobachten und verstehen wir das Wesen von mummyô. Es ist nicht notwendig, ja sogar unnütz, kû zu suchen oder über das Problem unserer Existenz oder Nichtexistenz nachzudenken. Man muss mummyô verstehen.*

*Nâgârjuna sagt in seinen Kommentaren zum Hannya Shingyô: „Der Bodhisattva, der seine eigene Natur, sein eigenes Wesen sucht, muss die Natur seiner Unwissenheit verstehen.“<sup>12</sup>*

Bei diesem Verstehen geht es, um hier schon wieder mögliche Missverständnisse zu vermeiden, nicht um ein intellektuelles Verstehen, sondern um ein schlichtes, d.h. von ego-gesteuerten Einordnungen oder Bewertungen usw. freien, Gewahrsein des Augenblicks, welches in das bereits erwähnte hishiryô-Bewusstsein

---

<sup>12</sup> Taisen Deshimaru, S. 151.

hineinführen kann. Dann bist du im Namenlosen. Setz dich und lass geschehen: nur dies, gerade dies; einfach dies; nicht eingegrenztes „Sein“ ... Kein zugreifender Gedanke mehr, offener „Raum“, zeitlose „Zeit“, grenzenloses „Geschehen-Sein“ ...

Schauen wir „gnädig“ auf unsere Unwissenheit und bestärken immer wieder unsere Bereitschaft und Bereitwilligkeit für eine solche Öffnung unseres Gewahrseins. Alles weitere wird uns dann dazu gegeben.