

Alan Watts
Zen Zen

Das Buch

Der Zen-Mönch Joshu wurde gefragt: „Was sagst du zu jemandem, der mit nichts zu dir kommt?“ Seine Antwort: „Wirf es weg!“ Auch wir tun gut daran, uns von vielem zu befreien, was uns belastet, vor allem aber von unseren Gedanken, die allzu oft unruhig und schwer sind: Man überlegt, was man noch alles erledigen muss. Man denkt über das nach, was man getan hat und ob es richtig war. Man grübelt, was dies bedeutet und was jenes für Folgen haben könnte. So beschäftigen wir uns mit allem Möglichen, nur nicht mit uns selbst und den existentiellen Fragen unseres Lebens. Um jedoch innerlich zur Ruhe zu kommen, ist es notwendig, die Dinge und sich selbst zu sehen, wie sie sind. Und das heißt, sich von Selbsttäuschungen, Zwängen und Illusionen zu befreien und die Sackgassen eines materiell und egozentrisch ausgerichteten Lebens zu vermeiden. Statt die Dinge einfach und leicht zu nehmen, so, wie sie sind, geht es uns oft wie dem Mann, der gerade mit seiner Fliegenklatsche zuschlagen will. Da fliegt die Fliege los und setzt sich auf die Fliegenklatsche.

Dem gegenüber weist Alan Watts den Weg zu einer absichtslosen, spontanen und zweckfreien Lebenshaltung, zu einer spirituellen Erfahrung, die ehrlich, aber nicht immer ernst ist. Mit Esprit und Humor macht er die Leser mit den Prinzipien des Zen-Buddhismus vertraut, erläutert die Grundbegriffe und gibt Einblicke in den Alltag eines Zen-Klosters. Aus den Zen-Geschichten und Koans, über die Alan Watts spricht, wird deutlich, was Zen als Lebensstil ist: Wer im Hier und Jetzt lebt, kann sehen, was ganz offensichtlich ist, und sich dem natürlichen Fluss der Dinge überlassen.

Der Autor

Alan Watts (1915–1973) ist durch seine ebenso verständlichen wie erhellenden Interpretationen östlicher Philosophie bekannt geworden. In zahlreichen Büchern befasst er sich mit der Philosophie des Zen-Buddhismus und des Taoismus. Bei Herder erschien außerdem: *Lebe jetzt! Der Weg der Befreiung*.

Alan Watts

Zen Zen

Die Weisheit des Nichtstuns

Aus dem Amerikanischen
von Bettina Trabert

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

HERDER spektrum Band 6857

© Mark Watts, 2002



MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C083411

© für die deutsche Erstausgabe:
Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2002

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2017
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Umschlaggestaltung: Zero Werbeagentur
Umschlagmotiv: © Evgeniya Anfimova – shutterstock

Satz: Barbara Herrmann, Freiburg
Herstellung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-451-06857-7

Inhalt

Mark Watts: Einführung	9
1. Die Werke des Zen	
Ein Welches, für welches es kein Welcheres gibt	14
Alles ist Alles	16
Die Gefahr des Zen	17
Wissen, wer wir sind	19
Beweisbar Zen	22
Die Weisheit des Nichtstuns	28
2. Das Bewusstsein des Organismus	
Alan Watts, no Label	33
Die Konstruktion des Universums	35
Entspannung	37
Konzentration	40
Gefühle	41
Atmen	44
Zur Ruhe kommen	44
Die Heiligkeit der Ehe	46
Die Suche nach <i>satori</i>	48
3. Einführung in die Zen-Praxis	
Die Faszination des Zen	50
Die japanische Kultur	52
$E = mc^2$	54
Zen-Rätsel	57
Einladungen zum Zen	58
Dogen	60
Keine Absicht	61
Plappernde Gedanken	63

4.	Sosein	
	Die buddhistische Welt	66
	Das soziale System des Buddhismus	68
	Methoden des Buddhismus	72
	Frei schwebende Mystiker	74
	Der Bodhisattva	78
5.	Sosein, von einer Meta-Ebene aus betrachtet	
	Ein Floß für die Überquerung des Flusses	80
	Sosein und Soheit	82
	Die Wahrnehmung des Menschen	83
	Das Bewegliche bejahen	85
6.	Die Welt, so wie sie ist: Das Goldene Zeitalter des Zen	
	Der Trick des Erzählens	89
	Plötzliches Zen	92
	Nicht dies, nicht das	94
	Das Nicht-Wissen des Bodhidharma	95
	Zen in historischer Perspektive	96
	Einen reinen Geist haben	99
	Geh-Zen	100
7.	Die Welt, so wie sie ist (II)	
	Wer trägt meinen Körper?	102
	Verhaltens-Zen	103
	Zen-Spiele	104
8.	Die Welt, so wie sie ist (III)	
	Die japanische Klostertradition	106
	Abstoßendes Zen	108
	Den Atem zählen	111
	Die Sensei-Überväter	112
	Der Abschluss der Zen-Ausbildung	113
	Den Stock aufgeben	118

9. Die Schranke ohne Tor	
Zen-Witze	119
Nichts zu sagen	121
Bodhidharma und Hui-k'o	122
Sich selbst finden	124
Realität: Der Buddha	125
Mahakashyapa	126
Chü-chihs Finger	127
Der umgekippte Wasserkrug	128
Das Symbol ohne Bedeutung	130
Das Mandala	132
Zeitbindung	135
10. Die Welt, so wie sie ist (IV)	
Dem Zen zuhören	139
Die Teezeremonie	141
Über die Kopflosigkeit	143
Zen und Kunst	145
Yin und Yang	154
Radikales Zen	156

Mark Watts: Einführung

Die Tonbandaufzeichnungen, auf denen dieses Buch basiert, lagen vierzig Jahre lang vergessen im Schrank. Vor kurzem wurden sie von Charlotte Selver, der legendären Gründerin der *Sensory Awareness Foundation*, wieder entdeckt. Für diejenigen, die mit dem Leben und den vielfältigen Arbeiten meines Vaters nicht vertraut sind, möchte ich einige Worte zu dieser bemerkenswerten Reihe von Vorträgen, die er 1958 in New York hielt, sagen.

Alan Watts kam 1915 in der Nähe von London zur Welt. Sein Vater arbeitete für die Reifenfirma Michelin, seine Mutter unterrichtete Töchter von im Ausland arbeitenden Missionaren. Die Missionare brachten aus dem Fernen Osten oft Geschenke wie Landschaftsminiaturen oder feine Stoffe mit aufgestickten religiösen Motiven mit. Die Bilder taoistischer Mönche, die in den gewaltigen Bergen umherwandern, und die merkwürdigen Symbole exotischer Religionen faszinierten Alan. So kam es, dass er Jahre später, als er die *King's School* in Canterbury besuchte, ein starkes Interesse für die chinesische und japanische Kultur entwickelte. Schließlich fand er in einem Buchladen, der auf philosophische Werke spezialisiert war, auch Publikationen der Buddhistischen Gesellschaft in London. Bald besuchte er selbst die Gesellschaft und lernte Christmas Humphries kennen, kurz darauf auch D.T. Suzuki, der über Zen-Buddhismus sprach. Innerhalb weniger Jahre wurde Alan Herausgeber von *The Middle Way*, jener Zeitschrift, die ihn ursprünglich zur Buddhistischen Gesellschaft geführt hatte. Er hielt Vorträge über Taoismus, Chan- und Zen-Buddhismus. 1936, im Alter von 21 Jahren,

veröffentlichte er das erste von vielen Büchern, *The Spirit of Zen (Vom Geist des Zen)*. Einige Jahre später zog er nach New York um. Dort beschäftigte er sich sehr kurz mit Zen-Praxis, aber da es in diesem Feld kaum Arbeitsmöglichkeiten gab, schloss er sich dem Priesterseminar an, wurde anglikanischer Priester und arbeitete als Kaplan an der *Northwestern University*. Doch 1950 verließ er die Kirche, um sich dem zuzuwenden, was sich als lebenslanges Studium der asiatischen Philosophien erweisen sollte.

Nachdem er 1950 die Kirche verlassen hatte, ging Alan nach New York zurück, wo er Joseph Campbell, Luisa Coomaraswamy und den *Avant-Garde*-Komponisten John Cage kennen lernte. Er erhielt eine Einladung von Frederic Spiegelberg nach San Francisco, um an der dortigen *Academy of Asian Studies* zu lehren, und Ende des Jahres zog er mit seiner jungen Ehefrau Dorothy in den Westen. Sie lebten in Palo Alto, wo das erste von fünf Kindern geboren wurde, bevor sie in einen walddreichen Vorort jenseits des *Golden Gate* umzogen und ein kleines Haus kauften. In der Zwischenzeit war Alan Rektor der Akademie geworden, und als weitere Kinder auf dem Weg waren, entschied er sich für ein Leben als Schriftsteller. Kurz darauf nahm er seine öffentlichen Vorträge wieder auf, welche die Basis für das vorliegende Buch bilden.

Da wir mit Alan Watts als Vater aufwuchsen, konnten wir sein erzählerisches Talent in sehr frühem Alter kennen lernen. Der Höhepunkt des Tages kam jedes Mal kurz vor der Schlafenszeit, wenn wir den Abenteuern von Thud und Zudd zuhören durften, zwei weisen Kaninchen, die jeden Abend Wiesel und Bussarde austricksten, bevor sie sich in ihr unterirdisches Labyrinth zurückzogen. Wenn er gelegentlich müde wurde, neue Episoden der Kaninchengeschichten zu erfinden, wendete er sich der hinduistischen Mythologie zu, und gebannt lauschten wir den Geschichten über einen schlafenden Gott, der träumend die Welt erschuf und dabei die ganze Zeit ein kosmisches

Versteckspiel spielte, indem er vorgab, sich selbst nicht zu kennen. Natürlich geschah es so alle paar Millionen Jahre, dass der schlafende Gott zum Bewusstsein seiner selbst erwachte und mit seinen Brüdern und Schwestern spielte, so wie wir zwischen den Kiefern im Garten spielten. Doch all das fand in einer anderen Welt in einer weit entfernten Galaxie statt, oder vielleicht auch in einem Häufchen Staub auf der Abdeckung des Plattenspielers neben uns.

Damals, Mitte der fünfziger Jahre, als Alan Rektor der Akademie war, wurden die Gute-Nacht-Geschichten hin und wieder durch Abende in der Akademie abgelöst, wo er in einem Raum voller Studenten, Fakultätsangehöriger und Freunde über die Religionen des Fernen Ostens sprach. Zu dieser Zeit arbeitete er auch an einem Manuskript, aus dem später mit Hilfe eines Bollingen-Stipendiums *The Way of Zen* wurde, und so kreisten seine Vorträge gewöhnlich um Zen-Themen. Die Abendvorträge waren gut besucht; sie führten bald zu anderen Vortragsverpflichtungen und schließlich zu einer öffentlichen Radiosendung. Doch soweit bekannt ist, wurden die Akademie-Vorträge niemals aufgezeichnet, da tragbare Kassettenrekorder damals rar waren. Bis vor kurzem glaubte man, dass die frühesten Watts-Aufnahmen erst viele Jahre später in seinen regelmäßigen Samstagabend-Sendungen beim Radiosender KPFA in Berkeley, California, aufgezeichnet wurden.

Zur Vorbereitung einer Sonntags-Matinee ging Alan jeden Samstagabend in den Radio-Sender und sprach achtundzwanzig Minuten und dreißig Sekunden über ein vorher angekündigtes Thema. Die ersten Aufnahmen bestanden aus einer Reihe über die großen Bücher Asiens („The Great Books of Asia“), gefolgt von einer beliebten Sendereihe mit dem Titel „Way Beyond the West“. Ohne Live-Publikum und mit diesem strikten Format war der Ton seiner frühen Radiovorträge im Vergleich zu seinen längeren und humorvolleren Akademievorträgen recht formal und schulmeisterlich. Dennoch erwiesen sich die Radio-

vorträge als ausgesprochen beliebt, und einige Beiträge wurden sowohl über KPFK in Los Angeles als auch über Radiostationen in Portland und Dallas ausgesendet. Schließlich begannen auch die großen öffentlichen Radiosender in Boston und New York, die Sendungen auszustrahlen.

Ab 1962 wurden die Studioaufzeichnungen allmählich durch Live-Aufnahmen ersetzt. Alans Vorträge wurden nun regelmäßig aufgezeichnet, oft von seinem späteren Archivar Henry Jacobs. Im Laufe der Jahre kam eine umfassende Sammlung von Tonbandaufnahmen zustande, und in den frühen siebziger Jahren fing die Elektronische Universität an, Kurse mit den Kassetten der Bibliothek anzubieten. Allerdings waren darunter wenige der frühen Aufnahmen, da sein früher Radiostil in starkem Kontrast zu den späteren, flüssig gehalten Vorträgen stand. Mit dem Fund der Zen-Tonbänder aus den späten fünfziger Jahren wurde auch der spontane und lebendige Ton seiner frühen Vorträge wieder entdeckt: Sie offenbarten den Enthusiasmus und den Humor, mit dem er das Thema angeht. Obwohl er kurz auf die Geschichte des Zen eingeht, ist es die Zen-Erfahrung, die im Mittelpunkt steht, wenn wir ihm im Frühjahr 1958 durch New York folgen. Um das Buch abzurunden, sind in den hinteren Kapiteln einige Beiträge aus einem Seminar („Die Welt, so wie sie ist“) eingefügt. Sie fügen eine Note hinzu, die für seine reifen Werke typisch ist – zusammengenommen bieten sie eine höchst lebendige Einsicht in die Welt des Zen.

August 2002

Mark Watts

1. Die Werke des Zen

Ein Zen-Meister wurde einmal gefragt: „Was ist das wertvollste Ding der Welt?“

Ohne Zögern antwortete er: „Der Kopf einer toten Katze.“

„Warum?“

„Weil keiner den Preis davon benennen kann.“

Fangen wir mit diesem „toten Katzenkopf“ an, denn hier geht es um eine Parabel über Zen als etwas vollkommen Unnützes. Jede gewöhnliche religiöse Philosophie scheint mir etwas Hochmotiviertes zu sein, etwas, das wir befolgen, weil wir denken, dass es uns oder die Welt verbessert oder dass es uns weiterbringt. Doch als der legendäre Begründer des Zen – Bodhidharma – von Indien nach China kam, führte er ein Gespräch mit dem Kaiser, der ein frommer Mann war und der viel für den Buddhismus getan hatte. Der Kaiser sagte zu Bodhidharma: „Wir haben Mönche und Nonnen ausgebildet, wir haben Klöster gebaut, in denen die heiligen Schriften übersetzt werden. Welches Verdienst liegt darin?“

Bodhidharma antwortete: „Gar kein Verdienst.“

Der Kaiser hatte angenommen, dass der ganze Zweck des Buddhismus darin bestand, gute Werke zu tun, um Verdienst zu sammeln für eine bessere Inkarnation bei der nächsten Wiedergeburt. Verblüfft sagte er: „Was ist dann das erste Prinzip der heiligen Lehre?“

Bodhidharma antwortete: „Es ist leer, und es gibt nichts Heiliges.“

„Wie aber kann es dann sein, dass du hier vor mir stehst?“, verlangte der Kaiser zu wissen. „Wenn du kein heiliger Mann bist, durch welches Verdienst hast du Anrecht auf eine kaiserliche Audienz?“

Bodhidharma sagte: „Ich weiß es nicht.“

Bodhidharma erzählte dem Kaiser also ganz einfach, dass es in der Sache gar nichts zu verdienen gab, dass kein Nutzen daraus zu ziehen war. Und dies ist natürlich das Merkwürdigste und am schwierigsten zu lernen: dass es einen Standpunkt gibt – philosophischer, religiöser, metaphysischer Art oder wie auch immer man es nennen will –, der die reinste Nutzlosigkeit wertschätzt.

Ein Welches, für welches es kein Welcheres gibt

Wenn wir darüber nachdenken, stellen wir fest, dass der katholische Gott auch ein vollkommen nutzloses Wesen ist. Wenn wir von Nützlichkeit sprechen, denken wir an Dinge, Ereignisse oder Entwicklungen, die einem bestimmten Zweck dienen. Aber auch Thomas von Aquin verglich die Weisheit Gottes mit einem Spiel, indem er sagte, dass Spiele um ihrer selbst willen gespielt werden und nicht für irgendetwas Zukünftiges, das daraus zu gewinnen sein könnte. Darin spiegelt das Spiel die göttliche Weisheit wider. Wie jeder Christ weiß, ist der höchste Triumph des Menschen das unmittelbare Anschauen Gottes.

Stellen Sie sich jemanden vor, der im Himmel ankommt, Gottes ansichtig wird und sagt: „Ja und?“ Was ist der Nutzen davon? Dem Christentum zufolge ist die Anschauung Gottes das Ziel, zu dem alle Zwecke hinführen, der Moment, in welchem sie erfüllt werden. Es ist ein Welches, für welches es kein Welcheres gibt. Und daher ist es für sich selbst genommen recht zwecklos, denn es führt zu nichts Weiterem danach – es *ist* das Ziel. In der gleichen Weise ist das, womit wir uns im Zen befassen, ein Ziel. Also können wir nicht erwarten, daraus irgendeine Form von Ethik, System oder Philosophie zu gewinnen. Aus ihm lässt sich nicht viel ableiten, denn es ist ein Welches, für welches es kein Welcheres gibt.

In diesem Sinne kann man einen Satz auf Zen anwenden, den Paulus einmal gebrauchte, um die Kreuzigung zu beschreiben: „den Juden ein Ärgernis und den Griechen eine Torheit“. Die Juden repräsentieren das ethische Volk, die Moralisten, und die Griechen die Philosophen. Vom Standpunkt sowohl der Moralisten als auch der Philosophen ist Zen ein Ärgernis und eine Torheit. Denn wenn wir versuchen, kurz zusammenzufassen, was Zen ist, können wir einfach sagen, dass es die Erkenntnis ist, dass du, so wie du in diesem Moment bist – ohne irgendwelche Zusätze, ohne irgendwelchen faulen Zauber – ein Buddha bist. Oder um es anders zu sagen: Du bist perfekt. Du hast nichts weiter zu tun – du bist am Ziel. Es gibt keinen Ort und kein Ziel, das man im Leben erreichen müsste, das sich von dem unterscheidet, was wir genau in diesem Moment sind.

Den immensen Reichtum und das Wunder des Lebens – genau so, wie es jetzt ist – übersehen wir normalerweise, weil wir immer denken, dass etwas anderes vor uns liegt. Und so könnten wir (sehr plump ausgedrückt) sagen, dass alles, gerade so wie es jetzt ist, vollkommen richtig ist. Aber dies ist nicht in einer überoptimistischen Weise gemeint, die glauben will, dass alles, so böse und schlecht es auch sein mag, eine Rolle im großen kosmischen Drama spielt und am Ende alles zusammen einen Sinn ergibt – ganz und gar nicht. Das, was das Leben ist, *ist* tatsächlich Ziel und Zweck; der Schmerzensschrei eines Krebskranken, wie er in diesem Moment ist, ist in einer so absoluten Weise richtig, dass die normale Bedeutung des Wortes „richtig“ davor verblasst.

Alles ist Alles

Doch indem wir das gesagt haben, haben wir etwas Empörendes gesagt. Vom Standpunkt der Philosophen, der Griechen, bedeutet diese Aussage gar nichts. Sie ist purer Unsinn, da die Aussage „Alles ist richtig“ das Wort „richtig“ bedeutungslos macht. Schließlich hat, wie jeder Logiker weiß, „richtig“ nur Bedeutung im Gegensatz zu „falsch“. Wenn alles richtig ist und nichts falsch, dann sagt das vom Standpunkt des Logikers nicht mehr als „alles ist alles“. Das ist genau das, was wir in der buddhistischen Philosophie sofort zugeben würden, nicht als logisches Prinzip oder als Behauptung, sondern als einfachen Ausruf.

Was wir gesagt haben, ist nicht die Schlussfolgerung aus einem Denkprozess, sondern der Versuch, eine Erfahrung auszudrücken – eine Erfahrung solcher Intensität, dass wir mit dem Versuch, sie in Worten auszudrücken, nicht weit kommen. Wir sind gezwungen, Unsinn von uns zu geben. Zu sagen, dass alles, wie es in diesem Moment ist, das *tao*, Gott oder Buddha ist, ist richtig – oder jedenfalls fast. Aber gerade, wenn wir im Begriff sind, diese Worte auszusprechen, ergeben sie keinen Sinn mehr. In einem schönen chinesischen Gedicht heißt es:

*Chrysanthemen entlang des Östlichen Zaunes
In Stille auf die Südlichen Hügel schauend
Die Vögel wandern heimwärts
Durch die sanfte Bergluft der Dämmerung
In allen diesen Dingen liegt eine tiefe Bedeutung
Aber gerade wenn wir sie ausdrücken wollen
Vergessen wir plötzlich die Worte*

Von diesem unsinnigen Satz – dass die Dinge, wie sie unmittelbar jetzt sind, vollkommen richtig sind, kann keine Folgerung abgeleitet werden. Er führt zu keinem System und zu keiner Philosophie. Man kann nichts darauf auf-