

Die Typen der Meditation in China

ERWIN ROUSSELLE

Aus:

Chinesisch-Deutscher Almanach 1932

Herausgegeben in Verbindung mit der Vereinigung der Freunde ost-
asiatischer Kunst Köln
vom China-Institut Frankfurt am Main

I. EINFÜHRUNG

Dem FAUST, der zu den Müttern hinabsteigt, ruft MEPHISTO zu:

"Versinke denn! ich könnt auch sagen: steige!"

Mit Recht! Denn wenn wir diese Szene in psychologischer Auslegung als einen Gang in die Tiefe der eignen Seele - wo wir dem Sinn von Welt und Leben am nächsten sind - ansehen, da wird aller Raum - wie alle Zeit - wesenlos in der Schau, die sich dem Geiste eröffnet und die die Tiefe der Seele mit den Höhen des Metaphysischen verbindet.

Wenn schon PLATON dem Menschen eine "*Anamnesis*" zuschreibt, ein angeborenes "Gedächtnis", eine in ihm ruhende Erinnerung an den idealen Weltengrund - ein Gedanke, der in die SCHOLASTIK des Mittelalters übergegangen ist - wenn die MAHAYANA-BUDDHISTEN dem Menschen den Zugang zu dem universalen kosmischen "Schatzhaus-Bewusstsein" beilegen, so wird damit zugleich an psychologische Erkenntnisse über ein in uns ruhendes überindividuelles, kollektives Erbgedächtnis der Menschheit, ja des Lebens¹ gerührt, die uns teil-

¹ In dieser Erberfahrung berührt sich das Kosmische mit dem Metaphysischen.

weise erklären, einerseits aus welchen Tiefen im genialen Menschen erleuchtete Schau aufsteigt und wozu andererseits die Meditation taugt.

Denn die Meditation will eben nichts anderes als den Weg im Menschen frei machen zu genialer Erkenntnis durch Verbindung des Bewusstseins mit jenem von zeitloser Erfahrung und Weisheit erfüllten kosmischen "Schatzhaus".

Die hier ruhenden angeborenen Urbilder aber sind uns die Organe, mit denen wir - gewissermaßen *apriori* - den Sinn von Welt und Leben erfassen. Tritt das so Erfasste in solch rezeptivem und zugleich schöpferischem Zustande in das verstehende Bewusstsein, so wird dieses mit einem ganz anderen tiefen Lichte und einer Wärme erfüllt, die wir als Weisheit oder als Erleuchtung bezeichnen.

In diesem Wissen um die Dinge steckt ein Stück genialer, oder sagen wir - vielleicht einseitiger, aber schärfer - mystischer Psychologie.

Der tief rauschende Strom dieser mystischen Erfahrung und Tiefsicht begleitet die Entwicklung aller Religionen der Erde.

Und das Merkwürdige, aber Verständliche ist, dass sie alle in ihren mystischen Richtungen mehr oder weniger behaupten, dass jedem Menschen der Zugang, wenn auch nicht die Höhe eben jener genialen Wesensschau möglich sei, sei es, dass er durch ein einzigartiges Charisma hierzu geführt wird, sei es, dass er durch die Schule der Meditation als der höchsten geistlichen Kunst gegangen ist.

Also liegt gerade in der Fähigkeit zu jenem ursprünglichen und intuitiven Erfassen der allein mögliche Ausgangspunkt späterer Weisheit, nicht aber in rein verstandesmäßiger Ana-

Natürlich reicht das Psychologische nicht zur Erklärung des letzteren aus, aber es macht uns das Metaphysische in gewisser Beziehung fassbar.

lyse.

Lächelnd und zugleich ernst mahnend sagt LAU DSI (Ode 81):

*" Weiser ist ungelehrt,
Gelehrter ist unweise. "*

Ist es nicht so, dass wir Abendländer in der neueren Entwicklung die Wissenschaft als unsere Domäne, ja als Kennzeichen unseres Geistes ausgebildet haben, der Osten aber bis in unsere Tage eine Heimstätte der Weisheit gewesen ist?

Und ist nicht der Weise doch zugleich in einem unendlich tieferen Sinn der Wissende?

Erscheinen nicht untergöttlicher Titanensinn und Tragik des selbstbewussten westlichen Menschen von einer höheren, allumfassenden Werte aus letztlich unwesentlich, als fehlleitend oder vordergründig?

Und doch hat es auch bei uns im Westen zu allen Zeiten - meist im Schutze der Religionen - wahre Weisheit gegeben.

Und so kann uns denn Beschäftigung mit der Weisheit und der Meditationserfahrung CHINAS - und nur das kann der **menschliche** Sinn einer solchen Beschäftigung sein! - vielleicht dazu führen, die Tiefen unserer abendländischen Menschlichkeit besser zu verstehen. und uns wieder zu den Quellen **unserer** Weisheit leiten.

Die Bedeutsamkeit solcher Weisheit wird uns erst recht eindringlich, wenn wir uns vor Augen führen, dass das Leben in solcher Tiefenschau oder vielmehr von ihr her notwendigerweise ein neues seelisches Gefälle verursacht, eine völlige Verwandlung des Menschen, die im wesentlichen als das Werden einer neuen sittlichen Persönlichkeit ihren Ausdruck findet.

Daher lehrt denn der BUDDHISMUS auch ganz richtig. Dass die Meditation - diese immer als der Weg zu jener genialen Stufe betrachtet - zwei Dinge erreichen lasse:

1. Wesensschau oder Tiefsicht (sanskrit: *vipasyana*, chinesisch: *Guan*) und
2. beruhigenden Ausgleich des einbezogenen Trieblebens (sanskrit: *samatha*, chinesisch: *Dschi*).

Ohne hier nun näher auf die Stufenfolge des Weges einer solchen Entwicklung einzugehen

- die sowohl ein Gang über die Innenwelt
- wie über die Außenwelt sein kann,

sei hier vorweg bemerkt, dass der, der sich dem Ziele nähert, nicht zu einer statischen Größe des Weltgeschehens gelangt, was ihn selber zu einer Passivität abdrängen könnte,

- sondern zu einer dynamischen Ordnung oder vielmehr einem Ordnenen, das *semper agens, semper quietus* ist - wenn dieser Ausdruck hier gebraucht werden darf -, chinesisch gesprochen zum *Tao*, buddhistisch gesprochen zum *Dharma*.

Erhaben über Tun und Lassen (chin. über *Yu We* und *Wu We*), über Gewirktes und Ungewirktes (sa. *samskrta* und *asamskrta*), nachdem die Versickerung der Seele in die Sinneserfahrungen (sa. *asrava*, chin. *Lou*) zum Stillstand gekommen ist, schwingt der Befreite im ureigenen inneren Rhythmus des *Tao*, des *Dharma*.

- Denn mit diesem ist er eins oder wenigstens willensgleich geworden.

Betrachten wir nun kurz, was die verschiedenen Religionen CHINAS über die Meditation als Mittel zum Sich öffnen der Seele in einigen typischen Ausprägungen zu sagen haben.

II. KONFUZIANISMUS UND MEDITATION

Der KONFUZIANISMUS bringt in meditativer Hinsicht, obwohl zutiefst in der Idee des *Tao* verankert, am wenigsten Aufschlüsse. Kein Wunder!

- Ist doch die Blickrichtung der ihn tragenden "Literaten"-Schicht wesentlich den mehr praktischen Problemen, wie der ethischen Gesinnung, der Familien- und Staatsmoral, zugewandt.
- Ist doch das tatsächliche Ideal der Betätigung des konfuzianischen Edlen immer der Beamte - mit seinen gewiss hohen Aufgaben und seiner großen Verantwortung - gewesen.

Aber eine durch Jahrhunderte entwickelte, überlieferte und durchgebildete psychologische Erfahrung kann man diesem sonst vielfach so tüchtigen Stande nicht nachrühmen. Spezialisten auf diesem Gebiet sind überall zunächst einmal die Priesterkassen, die mit der Seelenleitung ihres Nachwuchses oder der Laienwelt betraut sind.

Eine solche psychologische Überlieferung besaß eigentlich nur der buddhistische Klerus, dann aber auch die taoistischen Eremitengemeinschaften und die Klöster.

Damit soll jedoch dem KONFUZIANISMUS nicht abgestritten werden, dass auch in ihm von vornherein der bedeutsame Zug zur innerlichen Umwandlung des Seelenlebens, wenn auch mehr ethischer Art, angelegt ist.

Sagt doch schon DSENG DSI, ein Schüler des KONFUZIUS (*Lun Yü* I, 4):

"Täglich prüfe ich mich selbst dreifach: War ich in der Tätigkeit für andere nicht treu? War ich im Verkehr mit Freunden nicht zuverlässig? Habe ich bei der Überlieferung (der Lehre sie selber) nicht ausgeübt?"

Sicherlich ist in dieser Art täglicher "Gewissenserforschung" Bewusst-

heit und Wille, durch Besinnlichkeit die Verwandlung und Veredelung des Charakters irgendwie zu ermöglichen. Wie sollte auch nicht in einer Lebensanschauung, in der das Ideal des "Edlen" zum erstenmal dem Individualismus Ausdruck und Adel verleiht, eben das Individuum seiner selbst bewusst sein und von da aus zu einer methodischen *"self-control"* kommen? Aber ebenso sicher kann hier von einer Meditation im Sinne einer hohen psychologischen Kunst noch keine Rede sein.

Die Verfeinerung der Methoden ist Sache der Spezialisten, und als solche auf dem Gebiet seelischer Vorgänge und ihrer eventuellen Zusammenhänge müssen wir die TAOISTEN und BUDDHISTEN ansehen.

Bei der überwältigenden Rolle im Geistesleben, die diese beiden Richtungen nacheinander im ersten Jahrtausend unserer Zeitrechnung spielten, ist ihr Einfluss auch auf bedeutende KONFUZIANER nicht weiter verwunderlich. Der Raum ist hier zu kurz, um auf die mancherlei Mischgebilde und das interessante Hin und Her der kaiserlichen Staatspolitik zwischen den rivalisierenden Religionen einzugehen.

Entscheidend für uns ist jedoch, wie sich die neukonfuzianische Scholastik der SUNG-ZEIT, die ihrem Meister erst endgültig die beherrschende Stellung im Geistesleben gegeben hat, zur Meditation stellt.

DSCHOU DUN-I (1017-1073), einer der Väter des NEUKONFUZIANISMUS, erklärt (*Dschou Dsi Tung Schu, Scheng Hüo*) auf die Frage, ob man die Heiligkeit erlernen könne:

"Man kann es".

Gefragt, ob es da etwas Wichtiges zu beachten gebe, erwidert er: Ja,

und dies Wichtige sei Sammlung. Sammlung aber sei Wunschlosigkeit.

"Ist man wunschlos, dann ist man still und leer, und die Seelenbewegung ist recht.

Ist man still und leer, dann wird man klar.

Ist man klar, dann durchschaut man.

Ist das Durchschauen recht, dann ist man sozial.

Ist man sozial, dann ist man auch universal!

Klarheit, Bewegtheit, Gemeinsinn, Universalität, das ist es !"

In der Wahl der Worte *"still"* (*Dsing*) und *"leer"* (*Hü*) dürfen wir wohl vorzüglich buddhistische und taoistische Terminologie sehen. Freilich, ob mit diesem Stillsein (*Dsing*) auch schon die in jeder Meditation gleich zu Anfang erforderliche Ruhe oder Stille gemeint ist, bleibe dahingestellt. Jedenfalls ist das *"Stillesitzen"* (*Dsing Dso*) im Sinne meditativer Erlebnisse bei seinen großen Schülern und Nachfolgern bekannt.

YANG SCHI (1053-1135), ein Schüler der beiden Brüder TSCHENG, die ihrerseits Jünger des erwähnten DSCHOU DUN-I waren, besuchte eines Tages - so erzählt uns seine Biographie - zusammen mit Yu Dso den Meister TSCHENG I (1033-1107). Sie treffen ihn, wie er völlig im *"Stillesitzen"* versunken ist. Die beiden wagen nicht, seine Schau zu stören, und bleiben ganz ruhig stehen. Als TSCHENG I wieder zu sich gekommen ist, die beiden begrüßt und - sich entschuldigend gleich wieder - entlassen hat, liegt der -Schnee vor der Tür drei Ellen hoch! So lange hatte also die Versunkenheit gedauert, soweit die beiden Schüler ihre Zeugen gewesen waren.

Wir wissen auch, dass YANG SCHI und die beiden folgenden Meistergenerationen LO TSUNG-YEN (1072-1135) und LI TUNG (1088-1158) die

Meditation geübt und sie ihren Schülern gelehrt haben.

DSCHU HI (1130-1200) nun, der Fürst der konfuzianischen Scholastik, wurde eines Tages darüber befragt, ob er der Meditationsmethode seines Lehrers LI TUNG beipflichte. Er antwortete darauf, das sei schwer zu sagen.

- Wenn man die Meditation dazu benutze, um die Wahrheit (*Dau Li*) zu erreichen, so sei er nicht dagegen.
- Er verwerfe aber, was die meisten als Meditation praktizierten; denn deren Meditation sei durch den Wunsch veranlasst, sich von der Arbeit zu drücken.

Hiermit spielt der große Hasser des BUDDHISMUS wohl auf die buddhistischen Mönche an, deren Daseinssinn er nie verstanden hat. Er wendet sich daher mehrfach gegen deren Meditationstechnik. So schreibt er in einem Brief an LIU DSI- YÜO:

"Für einen BUDDHISTEN ist die (metaphysische) Leerheit das Wichtigste, dagegen für uns KONFUZIANER gerade das Reale (die Erscheinung), und zwar erkennt man Freude, Zorn, Trauer und Glück schon vor ihrem wirklichen Bewusstwerden."

An einer andern Stelle sagt er,

- das "Stille-Sitzen" (*Dsing Dso*) habe nicht den Zweck wie (notabene angeblich) die buddhistische Meditation, nämlich Gedanken und Sorgen absolut auszuschneiden,
- sondern lediglich den der Sammlung, damit die Gedanken nicht auf unnötige und falsche Bahnen geraten.
- So wird die Seele rein und ruhig, sie kann sich sammeln und ist dann im Stande, sich richtig zu entscheiden.

DSCHU HI zitiert den Satz aus dem Anfang der *"Höheren Ausbildung"* (*Da Hüo*):

"Kennt man das Ziel (Dschi), so hat man Festigung (Ding);

*ist man gefestigt, dann kann man still (Dsing) sein;
ist man still, so vermag man voll Frieden (An) zu sein;
ist man voll Frieden, so vermag man nachzudenken;
durch Nachdenken erreicht man (das Ziel)."*

In diesen uralten Sätzen kommen die Begriffe vor, die später im BUDDHISMUS und im TAOISMUS Fachausdrücke der Meditationstechnik sind.

- So bezeichnet "*Dschi*" nicht einfach „*Haltmachen, Grenze, Ziel*", sondern die "*Beruhigung der Leidenschaften*" (sa. *samatha*),
- "*Ding*" nicht *Festigung*, sondern *Versenkung* (sa. *samadhi*) und insbesondere vorstellungsmäßige Verlegung des Bewusstseins in das Lebenszentrum (Sonnengeflecht) - vergleiche im indischen YOGA *dharana*,
- und "*Dsing*" nicht einfach *Ruhe* oder *Stille* - also Freisein von Störung -, sondern geradezu *Versenkungsstufe* oder meditativer Zustand (sa. *dhyana*),
- "*An*" aber nicht nur *Friede, Festigkeit*, sondern jenen rezeptiven und zugleich *schöpferischen Frieden der Seele*, in dem allein spontan die tieferen Kräfte wirken können (sa. *sthairya*).

•

Die drei Worte *Ding, Dsing, An* sind in taoistischen Kreisen eine feststehende Formel für den Versenkungsablauf zu Beginn jeder Meditation.

1. Man verlegt vorstellungsmäßig sein Bewusstsein zwecks Ausschaltung alles störenden Gedankenspiels in das Lebenszentrum (etwa Sonnengeflecht). Das ist noch ein Willensakt: "*Ding*", die Fixierung des Bewusstseins.
2. Darauf erreicht man einen Zustand völliger Ruhe und Stille. Alle störenden Gemütsbewegungen und alle Vorstellungen sind ausgeschaltet. Das ist "*Dsing*", die Ruhe.
3. Darauf wird man, ohne dass man etwas will, von einem Zustand eines erwartungsvollen und zugleich seligen Friedens erfüllt. Man braucht sich nicht mehr um die Fixierung und

Aufrechterhaltung der Ruhe zu bemühen, man ist versunken, hingegeben und auf diese Weise bereit, aufsteigende geniale Erkenntnisse zu erleben und bisher unbewusste oder unbekannte Dinge und Vorgänge zu spüren. Sie treten spontan ins Bewusstsein. Man ist also nicht in *Konzentration* (willentlicher Anspannung) befangen, sondern frei, gelöst und doch gesammelt, nämlich durch "*Kontention*" (unwillentliche Gespanntheit). Das ist der schöpferische Zustand.

DSCHU HI ist sich offenbar sehr wohl bewusst, dass die psychischen Eigenschaften, die in dem zitierten Spruch vorkommen, gerade Eigenschaften des Meditationsvorgangs sind und von anderen Richtungen so ausgelegt werden. Er schätzt diese Seelenlagen hoch ein, aber eine Kunstlehre, eine systematische Bearbeitung der Methodik der Meditation (wie auf seinen andern Arbeitsgebieten) hat er nicht geschaffen. Auch als später manche hervorragenden KONFUZIANER vom Ausgang der SUNG-ZEIT bis zur MING-ZEIT zum BUDDHISMUS und zum *mystischen Subjektivismus* neigten, "*mehr meditierten als studierten*" - um einen Ausdruck von WIEGER zu gebrauchen -,

- hat die konfuzianische Schule den Wert der Meditation zwar wohl erkannt, aber nie eine eigene konfuzianische Systematik der Betrachtung, keine eigne Methodik geschaffen.

Man kann wohl sagen, dass jener gehobene meditative Zustand, der zugleich voll Frieden und zugleich voll Überwachtheit ist, als fruchtbare Basis der Wesensschau und Charakterpflege für den Weisen und Edlen gewürdigt und geübt wurde, dies aber den KONFUZIANERN genügte.

Sie haben sich gescheut vor der ungeheuerlichen Mystik der TAOISTEN und BUDDHISTEN mit ihrem Zug, ins Unbetretene, nicht zu Betretende einzudringen und von da aus Himmel und Erde aus den Angeln zu heben, um so selber völlig ins Letzte

des Universums einzugehen.

III. VOM BOGENSCHIESSEN

Ein ganz besonderes Gebiet, auf dem sich der meditative Zustand eingebürgert hat, sind die Künste, die dadurch eine Vergeistigung und Verinnerlichung ohnegleichen erfahren haben. Bekannt ist, dass die Herstellung jener schöpferischen Haltung, unter Verwendung des Weihrauchopfers, für viele Künste zeitweise gepflegt wurde. So ist das Spielen der Zither (chin. *Kin*) geradezu ein sakraler Akt. Mit feierlichem Zeremoniell, in besonderem Ornat wird das *Kin* auf den Tisch gestellt, Weihrauch verbrannt und jener eine Zustand der Gesamtheit hergestellt, aus dem heraus allein die geradezu kosmische Wirkung des Zitherspiels erreicht werden kann.

Aber auch alle Künste, die in EUROPA nur als Sport bekannt sind, unterliegen der Pflege der Meditation.

Da ist vor allem die Kunst des Bogenschießens zu nennen, die der Edle zu erlernen hat.

Schon im *Buch der Riten* (Li Gi, Kap. 43) finden wir eine geistige Durchdringung des Bogenschießens, die es aus der Ebene des rein Technischen geradezu zu einer feierlichen Handlung erhebt und eine Beziehung zwischen sittlicher Haltung und Schießkunst herstellt.

Die Rangordnung der Gäste wird beobachtet, die Bewegungen der Schützen gehen nach den Regeln der Sitte vor sich, die sorgfältige und fest zugreifende Handhabung von Bogen und Pfeilen gestattetete nach diesem Buche Rückschlüsse auf die sittliche Tüchtigkeit und den Lebenswandel des Schützen.

"Das Bogenschießen war das Tao der Humanität. Man er-

strebte die Geradheit im eigenen Innern. War man selbst gerade, dann konnte man schießen. Verfehlte man beim Schießen das Ziel, so zeigte man sich nicht zornig gegenüber dem, der einem überlegen war. Prüfend suchte man in sich selbst (den Fehler) und nicht sonst wo. KONFUZIUS sprach (Lun Yü HI, 7): Der Edle hat nichts, worum er kämpfen würde; oder etwa beim Bogenschießen? (Vor dem Schuss) lässt er grüßend den Vortritt und steigt (auf die Schießbahn) hinauf. (Nach dem Schuss) kommt er herunter und trinkt (den Siegesbecher). Auch im Kampf ist er ein Edler. "²

LIE DSI erzählt uns (II, 5), dass ein Meister des Bogenschießens einem *Meister des Tao* seine Kunst vorführt. Er hält den Bogen so fest und ruhig gespannt, dass beim Abschuss ein auf die Faust gestellter Becher Wasser keinen Tropfen verliert. Aber der *Meister des Tao* sagt:

"Das ist Schießen des Schießens, nicht Schießen des Nichtschießens!"

Er führt den Schützen auf einen hohen Berg an einen hundert Klafter tiefen Abgrund und stellt sich selbst so an die Kante, dass zwei Drittel seiner Fußsohlen in die leere Luft ragen. Nun fordert er den anderen auf, es ihm gleichzutun. Der aber kann es nicht, der Angstschweiß bricht ihm aus. Der *Meister des Tao* belehrt ihn, dass er also kein vollkommener Schütze sei, denn er sei noch äußeren Eindrücken unterworfen!

Der Schütze kannte also noch nicht die völlige Versunkenheit in das Ziel, aus der allein heraus meisterhaft geschossen wird, oder vielmehr wo nicht geschossen wird, sondern der Pfeil sich gewissermaßen von selbst löst und unfehlbar ins Schwarze trifft.

² Nach anderer Auslegung (und in anderer Betonung): *"lässt er (den Besiegten den Strafbecher) trinken."*

Gar mannigfache Schulen dieser edlen Kunst hat es später in CHINA gegeben- vielfach mit taoistischem, aber auch mit buddhistischem Einschlag-, und das Wichtigste wird auch heute noch - übrigens wie in INDIEN - nur als Geheimlehre überliefert.

Der Knabe, der diese Kunst erlernen will, bekommt von seinem Lehrer keineswegs gleich Bogen und Pfeil in die Hand gedrückt, sondern muss zunächst einmal lernen, sich geistig in das Ziel zu versenken. Der Lehrer setzt ihn auf einen Hocker oder Stuhl, lässt ihn eine ruhige Haltung einnehmen und hängt an die Wand, zwei, drei Schritt von dem Schüler entfernt, eine rote (etwa zwei Zoll große) Scheibe auf weißem Papier. Der Schüler muss alle störenden Gedanken ausschalten und nur die rote Scheibe, das Ziel, anblicken. Er fixiert seinen Geist dorthin und versenkt sich in völliger Ruhe und voll Seelenfrieden in die Zielscheibe.

Da ergreift ihn das Ziel, es kommt ihm so vor, als ob die Scheibe wüchse und größer würde, so etwa bis zu der Größe, wie wir den Mond wahrnehmen. Auch die Täuschung tritt ein, als ob die Zielscheibe auf ihn zukäme.

Erst nachdem der Schüler diese geistige Versenkung längere Zeit geübt hat, auch die Entfernung zwischen Mensch und Ziel allmählich immer mehr vergrößert worden ist, lernt er die Handhabung von Bogen und Pfeil. Wer so das Ziel erlebt hat, der trifft auch, wenn er später zu Bogen und Pfeil greifen darf, unfehlbar, und zwar ohne Zielen, ins Zentrum. Aber es kommt eigentlich gar nicht darauf an, ob man wirklich das Ziel trifft - bei einem Knaben reicht oft die Kraft nicht

aus, der Pfeil fällt vorher zu Boden³; als Mann wird er das Ziel schon erreichen! -, wichtig allein ist die richtige Geisteshaltung, aus der heraus geschossen wird.

Es handelt sich also gar nicht um etwas, was wir Sport nennen, sondern um eine geistige Schulung.

Erwähnt sei auch, dass die Haltung beim Schießen - in dieser Schulrichtung⁴ - eine eigentümliche ist: die Füße etwas voneinander entfernt und parallel gestellt, die Knie fast im rechten Winkel gebeugt, der linke Arm hält den Bogen waagerecht, der rechte zieht den Pfeil ab. Diese nicht einfach zu erlernende Haltung gibt dem Körper nicht nur, sondern auch der Seele die Haltung einer ganz ungemeinen Festigkeit und Unerschütterlichkeit, ohne jede Verkrampfung.

In andern Schulen des Bogenschießens gibt es natürlich noch allerhand Abwandlungen der Methode und der zu erlebenden Inhalte.

Wird z. B. der Bogen senkrecht gehalten, so wird in aufrechter Haltung geschossen. In den buddhistischen Kreisen wird das Ziel zugleich als die dem Weltall zugrunde liegende *Buddha-Natur* aufgefasst.

Aber auch der Schütze ist ja selber gleich BUDDHA. Beide sind eins.

Der räumliche Abstand zwischen beiden ist eigentlich Illusion, Illusion auch die Bewegung des Pfeils. . . .⁵

³ Vergl. *Lun Yü* III, 16: Der Meister sprach: *Beim Bogenschießen kommt es nicht darauf an, die Lederscheibe zu durchschießen, denn die Kraft (der Menschen) ist verschieden. So war wenigstens das Tao des Altertums.*

⁴ Nach mündlicher Mitteilung von Herrn Lektor W. Y. TING, Assistent am CHINA-INSTITUT.

⁵In dieser geistig ungemein vertieften Form ist das Bogenschießen auch besonders nach JAPAN verpflanzt worden. So nach mündlicher Mitteilung von EUGEN HER-

Es handelt sich also gar nicht um etwas "Sportliches", sondern um eine Ausbildung der Seele. Ein meditativ geschulter Schütze trifft mit Sicherheit ins Zentrum. Warum? Er zielt nicht mehr mit Absicht, mit Verkrampfung, auch ist er durch keinerlei störende Momente mehr zu beeinflussen, er schießt meditativ, spontan, d. h. hier reflexmäßig, ohne zielen zu müssen.

IV. TAOISTISCHE MEDITATION

Dem mystischen TAOISMUS lag die Meditation von seinem Wesen aus besonders, desgleichen auch all die anderen Ratschläge zur Entwicklung eines Lebens auf einem verfeinerten geistigen Niveau, so die Empfehlung der Einsamkeit, der Pflege der Atemtechnik, die Luft-, Sonnen- und Mondbäder, die körperliche und seelische Diätetik usw., kurz das, was man später (unter dem - auch sonst sehr starken - Einfluss des BUDDHISMUS) gern mit dem indischen Worte YOGA (chin. *Yü Kia*) bezeichnete.

Es ist hier nicht der Ort, auf die Geschichte der taoistischen Meditationstechnik einzugehen. Statt dessen möchte ich mit kurzen Strichen ein Bild von der Eigenart eines heutigen philosophischen Bundes geben, der die alte Mystik und die Technik der Meditation in einer - in seiner Art - vollendeten Weise lehrt⁶.

Der Bund, der über ganz CHINA verbreitet ist, schart sich um einen Meister, der das Charisma der Erleuchtung und eines hohen Seins besitzt. In dem weiteren Kreise dieser Gesellschaft wird lediglich die phi-

HERRIGEL, Professor der Philosophie in ERLANGEN, früher in SENDAI [JAPAN], einem ausgezeichneten Kenner und Könnner des japanischen Bogenschießens.

losophische Beschäftigung mit der Mystik gelehrt, denn diese wird als der Kern aller Weltreligionen angesehen.

In einem engeren Ringe dagegen unterrichtet der Meister persönlich seine Schüler – einzeln und individuell verschieden - in der Kunst der Meditation. Die Tradition ist - wie in INDIEN - eine von Geschlecht zu Geschlecht fortgepflanzte mündliche.

Die Seelenleitung durch einen erfahrenen Meister ist - wegen der teilweisen seelischen Gefährlichkeit bestimmter Meditationen - unbedingt notwendig.

Bezüglich des Verhältnisses der großen Religionen der Erde untereinander wird gelehrt, dass die sittlichen Ideale des BUDDHISMUS und des CHRISTENTUMS, wenn sie buchstäblich genommen werden, so hoch gegriffen seien, dass sie in Wirklichkeit kein Mensch erfüllen könne.

Die menschliche Gesellschaft müsse nun als erstes von ihren Mitgliedern verlangen, dass sie wenigstens die menschlichen Beziehungen richtig regelten.

Dies lehre am besten KONFUZIUS. Mit ihm müsse man also anfangen. Sein vornehmes, sittliches Ideal vom Menschen, der "*Edle*", und seine sozialethischen Lehren seien nicht so hoch gegriffen, dass man ihre Verwirklichung nicht von jedem Menschen verlangen könne.

Freilich für eine wahrhaft tiefe Gestaltung des Innenlebens des Menschen reiche der KONFUZIANISMUS nicht aus, da müsse man zu den anderen Meistern der Menschheit weiterschreiten - BUDDHA, LAU DSI, MOHAMMED, CHRISTUS -, die alle von einem mystischen Leben erfüllt gewesen seien.

Als das Ziel des Menschen wird die Vereinigung mit dem Urgrund des

⁶ Ein Bund, in den seinerzeit RICHARD WILHELM und der Verfasser als einzige EUROPÄER aufgenommen worden sind.

Weltgeschehens, dem "*Großen Tao*", das in besonderer Beziehung mit der Gottheit eins ist, angesehen. Der Weg hierzu ist die Wiedergeburt.

Diese wird demjenigen Menschen zuteil, der sich einerseits durch Meditation die Empfängnis des *puer aeternus* - des ewigen Kindes - in seinem Innern erschließt und der zugleich charismatisch erwählt ist.

Die Vorbedingung der Zulassung zu der Seelenleitung durch den Meister ist die religiöse Haltung des Glaubens oder Vertrauens (chin. *Sin*, vgl. die buddhistische *sraddha*) zu den ewigen Mächten und zu der - durch die Jahrtausende nur mündlich überlieferten - Lehre und Anweisung, die der Meister erteilt.

Die Zulassung ist daher verbunden mit einem Devotionsakt vor Gott (*Schang Di*), und zwar sowohl seiner sich offenbarenden (*Yu We*) wie seiner verborgenen (*Wu We*) Seite.

Der sich offenbarende Gott wird als der "*allerheiligste, höchste Herr sämtlicher Religionen (der Menschheit)*" bezeichnet. Dieser Akt religiöser Hingabe an Gott wird zugleich metaphysisch als etwas betrachtet, das dem Menschen die Anwartschaft gibt auf ein innigeres Verhältnis zu ihm.

Zu dieser Eigenschaft des Glaubens oder Vertrauens treten nun vier äußere Ratschläge, die zu beobachten sind:

1. arbeitsam sein,
2. sich Musse nehmen,
3. heiteren Gemütes sein,
4. täglich an das *Tao* denken.

Wer den Glauben oder das Vertrauen hat, der bewahrt auch in sich die ursprüngliche himmlische Natur (*Sing*). Diese hält zugleich den Menschen in Bewegung und am Leben - so wie das *Tao* das Weltall in

Bewegung und am Leben hält.

Es gibt jedoch außer dieser geistigen Kraft seiner Natur noch die reine Lebenskraft (MING).

Als Sitz der beiden Kräfte wird in der Meditation angenommen:

- Für die himmlische "Natur" eine Stelle kurz über dem Herzen (am sogenannten "Polarstern" des Himmels),
- für das "Leben" kurz unter der Nabelgegend im Innern des Leibes (etwa Sonnengeflecht), auf der sogenannten "Erde".
- Die *Natur* des Menschen, die Anlage, ist das *Schöpferische*;
- sein *Leben*, sein Schicksal, ist das *Empfangende*.
- Beide zusammen sind sein *Tao*.

Die Aufgabe des Menschen ist es, diese beiden Kräfte, die sich wie *Yang* und *Yin* zueinander verhalten, in Einklang, ja zur Einheit zu bringen.

Ferner aber muss eine Selbsterziehung geübt werden, die den ganzen Menschen umspannt:

- das irdische Ich, das von den Eltern stammt,
- das seelische Ich, das die Keime von Himmel und Erde enthält,
- und das metaphysische Ich, das letztlich mit dem *Tao* eins ist.

Entsprechend der angeborenen Natur des Menschen und seiner Lebenskraft umfasst die geheime Überlieferung zwei Gebiete:

1. die "Pflege des Lebens" oder die "Arbeit an der Lebenskraft" (*Ming Gung*) und
2. die "Pflege der Natur" (*Sing Gung*).

Die Pflege des Lebens umfasst ihrerseits wieder drei Abteilungen,

die den "drei Flüssen" (San Ho) im Menschen entsprechen:

1. Atem oder Odem (*Ki*),
2. Same oder Keim (*Dsing*),
3. Geist oder Genius (*Schen*).

(Zu bemerken ist, dass die beiden ersten nicht identisch sind mit den körperlichen Entsprechungen und dass der Geist nicht gleich unserem Bewusstsein ist.)

Die "Pflege der Natur" umfasst zwei Gebiete:

1. Ethische Vervollkommnung des Charakters,
2. religiöse Vertiefung des Geistes.

Zur rechten Pflege von "Natur" und "Leben" ist es nun notwendig, zu meditieren. Denn durch die Meditation bereitet man sich in einer Art innerer Alchemie unter Verwendung der drei Flüsse zur Wiedergeburt und zur Vereinigung mit dem *Tao* vor.

Bei diesem Vorgange einer Alchemie kann es nicht ausbleiben, dass das wahre Heilmittel eines verlängerten Lebens eben durch die Pflege der Lebenskraft gefunden wird. Jedoch ist das nicht wesentlich, wichtiger ist die Gewinnung des wahren Goldes, des unsterblichen unauflösbaren, ewigen Ich⁷.

Zur Meditation setzt man sich in völlig entspannter Seelenstimmung hin, entweder mit verschränkten Beinen, oder indem man - auf einem Stuhl oder einer Bank sitzend - die Beine auf den Boden stellt (Knie und Füße entfernt voneinander und die Fußspitzen etwas nach au-

⁷ Sehr richtig hat EVELYN UNDERHILL in ihrem Buch über "*Mystik*" (deutsch bei ERNST REINHARDT, München 1928) Seite 185ff. die Einkleidung der Idee der Wiedergeburt in alchemistische Symbolik dargelegt und dabei zugleich auch auf die Wahrscheinlichkeit hingewiesen, dass diese ganze Alchemie von CHINA nach dem Abendlande gekommen ist. In CHINA, im Orient wie im Abendland haben die "Sudelköche" nicht verstanden, dass es sich um geistige, nicht um materielle Vorgänge handelt, aber sie haben dabei die Grundlagen der modernen Chemie ge-

Ben⁸). Es kommt lediglich darauf an, dass eine ungezwungene Haltung angenommen wird, die der Körper - ohne sich rühren zu müssen und dadurch abgelenkt zu werden - etwa eine halbe Stunde lang ertragen kann. Der Rücken ist gerade aufgerichtet, die Nasenspitze senkrecht über dem Nabel (als der Gegend des Lebenszentrums). Die Augen sind halb offen⁹ und senden zum Lebenszentrum ihre Blicke, wie die Sonne ihre Strahlen zur Erde sendet. Die Hände ruhen bequem im Schoß. Die rechte Hand ist zur Faust geformt, die Linke umschließt die Rechte, so dass der linke Daumen über den rechten zu liegen kommt.

Das ist wie die Vereinigung von *Yang*, der schöpferischen männlichen Kraft (rechts), mit *Yin*, der empfangenden weiblichen Kraft (links), zugleich eine Andeutung der *unio mystica*.

Nachdem das "Meer des Odems" (*Ki Hai*) in der Bauchhöhle durch ganz ruhiges dreimaliges (höchstens fünfmaliges) Tiefatmen angeregt ist, achtet man weiter nicht mehr auf die Atmung. Sie soll sich während der Meditation von selbst beruhigen. Man atmet immer mit geschlossenem Munde. Alle Muskeln sind entspannt.

Diese äußerlichen, rein technischen Vorschriften bezwecken nichts weiter als die Herstellung eines körperlichen Zustandes, aus dem keine Störungen für die Meditation erwachsen, der also keine erzwungene oder unbequeme Haltung hat, aus der man sich durch eine plötzliche Bewegung befreien müsste, wodurch man in der Meditation ge-

schaffen - ein metaphysischer Witz der Weltgeschichte!

⁸ Der Umriss des Menschen gleicht dann - langes Gewand vorausgesetzt - einer "Glocke", wie man in CHINA sagt.

stört würde.

Man kann also eigentlich in jeder Lage meditieren. Die oben angegebene ist nur eine als erprobt empfohlene.

Nunmehr kann die geistige Stimmung der Meditation hergestellt werden.

Das geschieht, indem man durch die oben schon erwähnten drei Stufen des *"Ding, Dsing, An"* ins Reich des Halbbewusstseins gleitet und so jene Aufnahmefähigkeit in sich herstellt, in der dann die großen Erlebnisse und Erfahrungen als schöpferische Erkenntnisse aufflammen, so den Menschen vertiefen und ihn zugleich verwandeln.

Man schaltet also zunächst alle Gedanken aus, erweckt jedoch ein Gefühl religiöser Verbundenheit und tritt darauf in die erste Stufe der Versenkung ein.

1. *"Ding"*, die Festlegung des Bewusstseins. Man denkt an das Lebenszentrum, und zwar so, dass man in sich die Vorstellung erweckt, man denke nicht mit dem Gehirn, sondern das Bewusstsein befinde sich in eben jenem Zentrum. So vereinigt man den Geist mit dem Leben, das *Yang* mit dem *Yin*. Auf diese Weise wird mit Leichtigkeit jeder störende Gedanke ausgeschaltet. Tauchen trotzdem welche auf, so muss man *"die Affen festbinden"* (*Schuan Hou-Dsi*). *"Das Herz ist wie ein Pferd, die Gedanken sind wie die Affen."* Jegliche Gedanken, die im Hirn auftauchen sollten, werden vorstellungsmäßig gepackt und im Lebenszentrum festgebunden, dann sind sie erledigt, denn die Vereinigung von Gedanke (*Logos*) und Leben (*Eros*) wirkt wie ein Kurzschluss.
2. Tauchen nun keine Gedanken mehr auf, so tritt ein Stadium wunderbarer Ruhe und Stille ein: *"Dsing"*, die Stille. Aber etwas Willentliches ist noch in dieser Stille vorhanden, ein

⁹ Sind sie ganz offen, wird man leicht durch äußere Bilder, sind sie ganz geschlossen, durch innere Bilder gestört. Dem gleichen Zwecke dient übrigens die Vorschrift, dass der Raum weder ganz hell noch ganz dunkel sein soll.

Bestreben, die Stille zu erhalten.

3. Dann tritt das dritte Stadium ein: "An", der Frieden. Der Meditierende bemüht sich nicht mehr um Stille, er hat sie, er wird - versunken in sich selbst - erfüllt von unaussprechlichem Frieden und einer seligen Heiterkeit.

Jetzt ist der rezeptive Zustand hergestellt, in dem nun die ersten Erkenntnisse aufleuchten können, das Merken auf innere Vorgänge stattfinden kann, der rezeptive Zustand also in einen schöpferischen, überwachen umschlägt.

Das erste Erlebnis, das man erfährt, ist das "*Erwachen des Menschen*". Dies wird spürbar in zwei Zeichen (und häufig in einer vorübergehenden Störung). Wer diese Zeichen erlebt - die er vorher nicht ahnen kann! -, der bekommt die nächste Meditation mitgeteilt, und so geht es fort. Aber niemandem wird weiteres mitgeteilt, ehe er nicht die "Zeichen" erlebt hat¹⁰. Diese Seelenleitung ist also eine Einweihung im geistigsten Sinne des Wortes. Das Gesagte mag zur Darstellung der ersten Meditation genügen.

Durch diese Meditation wird nun der Fluss des Odems geweckt, der durch eine Reihe späterer Meditationen in bestimmter Weise rückwärts zum Rückgrat (dem "Himmelsfluss", d. h. der Milchstraße) geleitet und diesem entlang vorstellungsmäßig zum Kopf (am Hinterkopf ist das Tor der himmlischen "Nephritstadt"!) hochgezogen wird. Die Einzelheiten können hier wegbleiben. Auf der Stirne tritt er in das "dritte Auge" ein, das - schon vorher durch Verschmelzung der beiden Augen geweckt - nunmehr gewaltig aufleuchtet, das ist der "Glanz der

¹⁰ Diese "Zeichen" werden geheim gehalten. Jeder muss sie selbst finden oder erleben. Sie werden auch regelmäßig in taoistischen Lehrbüchern verschwiegen oder symbolisch verhüllt.

(angeborenen) Natur" (*Sing Guang*), ein Gefühl der religiösen Erleuchtung durchströmt den Menschen, dann wird der Strom bis zum Lebenszentrum herabgeschickt und kreist so wieder den selben Weg. Das "*Rad des Dharma*" (Dharmacakra, wie man auch gelegentlich mit einem Ausdruck buddhistischer Meditationstechnik sagt) dreht sich jetzt, der "Fluss des Odems" kreist.

Hier hat man nun zum ersten Male auf dem Meditationsweg ein ganz großes metaphysisches Erlebnis, nämlich das des eigenen Sterbens, das mit namenlosem Grauen beginnt, aber in ein Gefühl der Seligkeit und Freiheit umschlägt, sofern man gleichgültig gegen alles, was geschehen mag - "*und wenn ich auch jetzt sterben muss!*" -, die Meditation entschlossen fortsetzt.

In dieser Erscheinung kündigt sich das "Sterben des natürlichen Menschen" an. Die erste Abteilung auf dem mystischen Pfade, die eine Art Läuterung oder Reinigung darstellt, geht zu Ende.

Mit diesem Erlebnis schließt die eigentliche Ausbildung in der "Pflege des Flusses des Odems". Die Lebenskraft ist jetzt derartig angeregt (die innere Sekretion spielt dabei eine bestimmte Rolle), dass eine Stärkung der Lebenskraft resultiert. Das Erlebnis des eigenen Todes ist dabei von grundlegender Bedeutung, denn es ruft eine neue Einstellung des Menschen hervor.

Der Mensch verliert die Verhaftung an die Welt. Dies ist natürlich ein Prozess, der nicht auf einmal abgeschlossen ist, aber der im wesentlichen im Laufe von zwei Jahren zu einem Grundmotiv eines neuen Lebens wird. Hiermit gewinnt der Mensch Überlegenheit über Welt und Leben.

Nunmehr aber beginnt erst zweitens das eigentliche große Werk der

Zeugung und Wiedergeburt in einem neuen Menschen aus Feuer und Wasser - unter Verwendung des Stromes der Keime -, der dann seinerseits drittens wieder zum göttlichen Grunde des Weltgeschehens in innigster Beziehung - durch den Strom des Geistes oder des Genius - steht.

Das Gesagte mag genügen, um eine Vorstellung von der taoistischen Meditationstechnik zu geben und zugleich zu zeigen, dass sie ganz schlicht und mit rein äußerlichen Verhaltensmaßregeln beginnt, um aber in den ungeheuersten Erlebnissen einen neuen, völlig gewandelten Menschen zuzubereiten, einen Menschen, der in der Welt, nicht von der Welt ist¹¹.

Eine Tabelle mag ein Bild der drei Flüsse, Prinzipien usw. - die im Grunde eins sind - geben (die Stellung des himmlischen Drachen als des höchsten Symbols - übrigens auch in der westlichen Alchemie - ist dadurch ohne weiteres verständlich, desgleichen die Stellung des erdgebundenen Tigers - im Westen "grüner Löwe"):

I. Der transzendenten Welt schöpferische (Kien) Natur (Sing)	Sonne GENIUS Feuerelement Holzelement Drache	Der immanenten Welt feurig-leuchtendes (Li) Leben (Ming)
II. Des Schöpferischen (Kien) und des Empfangenden (Kun) Pforte	ODEM Erdelement (Tu)	Des Himmels (Tien) und der Erde (Di) Mitte

III. Der transzendenten Welt	Mond KEIM	Der immanenten Welt
schöpferisches (Kien) Leben (Ming)	Wasserelement Erzelement Tiger	wässrig-abgründige (Kan) Natur (Sing)

V. VOM UNBEWAFFNETEN HANDKAMPF

Schon beim Bogenschießen hatten wir die Vermutung ausgesprochen, dass diese edle Kunst durch taoistische Einflüsse, aber bestimmt auch durch buddhistische, eine Vertiefung und Vergeistigung erfahren hat, so dass an Stelle eines "Sportes" über die Wandlung zu einer konfuzianischen Zeremonie etwas getreten ist, das von innen her gesehen auf einem meditativen Zustand beruht, aus dem heraus rein reflexmäßig geschossen wird.

Die Pflege einer solchen Kunst dürfte den Menschen auch irgendwie zu einer Art Instinktsicherheit zurückführen.

Eine ähnliche Vergeistigung können wir nun auch bei anderen Waffenkünsten beobachten. So gibt es unter den "Kampfgeräten" (*Wu Ki* oder *Bing Ki*) außer Bogen, Schwert, Lanze usw. eine Gruppe sog. "verborgener Geräte" (*An Ki*), die geheim in einer Tasche, im Gürtel oder im Stiefel mitgeführt werden und deren Handhabung rein reflexmäßig zu geschehen hat. So wird z. B. ein nadelartiger Dolch plötzlich auf den Gegner geschleudert oder ein einfacher Stein. Dies Werfen muss ohne bewusstes Zielen vor sich gehen. Auch hier be-

¹¹ Der Raum gebietet Kürze. Eine Darstellung des ganzen Weges - übrigens unter treuer Verschweigung der "Zeichen" - hat RICHARD WILHELM in seinem "*Geheimnis der Goldenen Blüte*" in großen Umrissen gegeben.

steht die Erziehung in der Erlernung der reflexmäßigen Handhabung. Ganz besondere Methoden aber haben sich bei der unbewaffneten "Faustkampfkunst" (*Küan Schu*) herausgebildet, und zwar unter buddhistischem Einfluss.

Boxen ist also im Gegensatz zum Westen geradezu eine geistige, eine buddhistische Angelegenheit.

Bekanntlich spaltete sich die Meditationssekte nach dem 5. PATRIARCHEN in zwei Richtungen,

- eine südliche unter HUI NENG, mit der Lehre von der plötzlichen Erleuchtung,
- und eine nördliche unter SCHEN SIU, der eine allmähliche, immer mehr zunehmende Erleuchtung lehrte.

Eine gleiche Unterscheidung von Süd- und Nordsekte treffen wir nun auch - wohl unter buddhistischem Einfluss - in der Malerei.

Aber auch bei der Faustkampfkunst finden wir:

- eine "Südsekte" (*Nan Dsung*)
- und eine "Nordsekte" (*Be Dsung*).

Gemäß der Überlieferung wurde diese waffenlose Kampfkunst zuerst von buddhistischen Mönchen systematisch durchgebildet und zugleich aufs höchste vergeistigt¹².

- Die "Nordsekte" des Faustkampfes hat ein "äußerliches Training" (*Wai Gung*), sie bringt starke muskulöse Typen hervor,
- die südliche dagegen hat ein "inneres Training" (*Ne Gung*), das auf Geschicklichkeit, Verfeinerung des Körpergefühls und Vergeistigung beruht.

¹² Die Abstammung dieser Art Faustkampf von den buddhistischen Klöstern tritt in den Bezeichnungen manchmal sehr ausgesprochen zutage. So gibt es z. B. auch eine *Tien-Tai-Sekte* des Faustkampfes neben der Nord- und Südrichtung, welche letztere offenbar aus Klöstern der Meditationssekte stammten.

Eine besonders feine Art des Faustkampfes ist der "Faustkampf (nach Art) des Urprinzips" (*Tai Gi Kūan*). Bei diesem werden die Hände flach ausgestreckt, die Daumen rechtwinklig eingebogen und an die Wurzel der Zeigefinger gelegt. Man bewegt nun vor sich beide Hände nebeneinander etwa in Form unseres Unendlichkeitszeichens¹³ und bringt den Gegner durch dessen eigene Kraft und Wucht zu Fall. Die beiden Hände werden bei ihrer Bewegung bald vor, bald mehr zurück gehalten, immer in leichter Fühlung mit der Faust oder den Händen des Gegners. Merkt man, dass man durch Nachdrücken oder durch Herüberziehen der Bewegungen des Gegners diesen zu Fall bringen kann, so führt man die Bewegung aus, sonst zieht man bereits wieder die Hand zurück, um das eigene Gleichgewicht nie zu gefährden und um Kraftvergeudung zu vermeiden. Der Gegner dagegen stößt z. B. mit der Faust stark vor, er verausgibt hierzu Kraft, ferner verliert er die Sicherheit des Stehens, da er sich zu weit nach vorne beugt.

Der "Urprinzipkämpfer" aber stößt nicht gegen ihn, sondern weicht aus, er fängt mit beiden Händen den Stoß ganz leise auf und lenkt ihn nach rechts oder links an sich vorbei.

Das muss so geschmeidig und leicht ausgeführt werden, dass der boxende Gegner das Gefühl hat, er stieße ins Leere. Er verausgibt nutzlos seine Kraft und muss nun außerdem noch die Anstrengung machen, sein Gewicht wieder in die Ausgangshaltung zurückzuverlegen und den Arm zurückzuziehen. Ist er aber zu weit ausgefallen und da-

¹³ Da die Figur dieser Bewegung an die S-Linie erinnert, mit der man in einem Kreise die dunkle von der lichten Hälfte trennt, wenn man das Urprinzip (*Tai Gi*) darstellen will, das *Yin* und *Yang* in sich enthält, so hat man diese Art Kampfkunst nach dem Urprinzip benannt. Man wird aber weiter sehen, dass auch die ganze

durch erheblich unsicher auf den Füßen geworden, so zieht ihn der "Urprinzipkämpfer" noch weiter mit beiden Händen seitlich an sich vorbei, so dass der Boxer durch die Wucht seines eigenen Stoßes hinstürzt. Zieht sich der Boxer zu heftig zurück, so dass er ebenfalls erheblich unsicher steht, so drängt der "Urprinzipkämpfer" mit beiden Händen nach, so dass der Boxer im Schwung des eigenen Rückzuges nach hinten stürzt.

Besonders zu beachten ist, dass der Boxer nutzlos seine Kraft verausgibt und immer ins Leere stößt, bis er bei zu heftiger Bewegung und ermüdet zu Fall gebracht wird.

Der Urprinzip-Kämpfer gleicht aber wirklich dem Urprinzip: mühelos, wie spielend bewegt er in der seltsamen Linienführung die beiden Hände bald näher, bald weiter, niemals zu fassen, niemals zu treffen wie die "Leerheit" des Prinzips selber.

Nie angreifend, drängt er doch den überlaufenden Gegner in dessen eigene Richtung weiter, so dass dieser sich selber in seiner sich vor- und zurückbeugenden Verblendung zugrunde richtet¹⁴.

Das "innere Training" der "Südsekte" umfasst nun "acht Arten" (*Ba Duan Gin*), eine von diesen ist das "Kreisenlassen des Odems" (*Jun Ki*), eine regelrechte Yoga-Meditation.

Zu deren Erklärung ist vorzuschicken, dass bestimmte physiologische Ansichten in CHINA geläufig sind, über deren Berechtigung hier nicht weiter zu sprechen ist. Zu diesen Ansichten gehört z. B., wie wir

Art dieses Kampfes die Eigenschaften zur Geltung bringt, die dem Urprinzip zugeschrieben werden.

¹⁴ Zu den vielen Dingen, die von CHINA nach JAPAN gewandert sind, gehört auch der Handkampf. Das *Ju-Jitsu* oder JUDO ist mit ähnlichen Prinzipien die Hauptstärke der JAPANER geworden, gilt es doch wegen seiner geistigen Art, den Gegner

schon bei der taoistischen Meditation bemerkten, dass die chinesische Ärztekunst und ebenso alle Yoga-Übungen den Sitz der Lebenskraft im Innern des Unterleibes suchen¹⁵. Auch die Bezeichnung des Unterleibs als "Meer des Odems" lernten wir dabei kennen.

Nun wird der ganze Unterleib medizinisch in drei Gegenden zerlegt:

- die oberste Abteilung etwa in Magenhöhe;
- die mittlere etwa in Nabelhöhe;
- die untere etwa in Blasenlänge;

in allen dreien wirkt der "Odem" (*Ki*) besonders stark.

Endlich ist noch zu sagen, dass der Speichel von der chinesischen Ärztekunst geradezu als eine Verdichtung des Odems angesehen und hoch geschätzt wird.

Die Yoga-Übung des "Kreisenlassens des Odems" (*Jun Ki*) besteht nun in folgendem¹⁶:

- man wölbt die Zunge nach oben, so dass sie den Gaumen berührt¹⁷;
- dann kitzelt man mit der Zunge leicht den Gaumen, und es wird eine starke Speichelabsonderung stattfinden;
- diesen verschluckt man, bis man etwa einen Mundvoll hervorgebracht und hinuntergeschluckt hat;
- die Speichelmasse ist also jetzt im Magen, und da sie als verdichteter Odem gilt, so wird der oberen Abteilung des "Meeres des Odems" eine ganz besondere Stärkung zuteil;
- wenn man die Bauchwand von außen betastet, muss man den Speichel so etwa wie eine feste, aber elastische Kugel

durch dessen eigene Stärke zu besiegen, für edler als das Schwertfechten. Aber wie viel edler ist noch die Kunst des "Urprinzip-Kämpfers" in CHINA!

¹⁵ Und zwar genau in der Mitte des Innern, etwa in Nabelhöhe (genauer: „1 Zoll, 3 Strich tiefer als der Nabel“).

¹⁶ Nach mündlicher Mitteilung von Herrn W. Y. TING.

¹⁷ DIESE ZUNGENHALTUNG IST SOWOHL DEN TAOISTEN WIE DEN Buddhisten bei der Meditation sehr wohl bekannt. Jedoch wird die Zunge ganz ruhig gehalten. Diese Lage hilft u. a., bei der Rücksendung des "Flusses des Odems" zum Lebenszentrum (in der taoistischen Meditation) die Zerteilung des Flusses zu vermeiden.

- oder einen Ball in diesem Magen spüren;
- man dreht nun durch die Kraft der Vorstellung diese Kugel dreimal nach links und dreimal nach rechts;
- darauf versenkt man die Kugel in die zweite Abteilung (Nabelgegend), wiederholt hier dieselben Drehungen;
- dann versenkt man sie in die Blasengegend, wo die gleiche Bewegung ausgeführt wird;
- darauf lenkt man diesen zusammengeballten Odem rückwärts zum Rückgrat-Ende und lässt dann die Kugel durch das Rückgrat zum Gehirn hinaufsteigen;
- oben angekommen träufelt der Odem alsbald wieder als Speichel in die Mundhöhle.

Diese für westliche Medizin höchst absonderliche Prozedur soll nun eine besondere Wirkung haben:

- der also Geübte vermag die Kraft des Odems jederzeit beim Kampf an die Stelle zu lenken, wo er gefährdet ist, dort wird der Körper fest, ja unverwundbar;
- schlägt ein Feind mit dem blanken Schwerte auf ihn ein, so verlegt er "Odem" in seine rechte Hand und packt mit dieser das bloße Schwert - er ist unverwundbar geworden!

Also wird von Augenzeugen behauptet¹⁸.

VI. BUDDHISTISCHE MEDITATIONEN

Wenden wir uns nun endlich zum chinesischen BUDDHISMUS, so betreten wir damit ein feenhaftes Geistesreich, das in der systematischsten und anziehendsten Weise die Kunst der Meditation auf allen Gebieten ausgebildet hat. Nichts Vordergründiges und nichts Tiefes, das hier nicht durch die Versenkung erst Kraft, Leben und Glut erhalte. Erleuchtung strahlt aus allen diesen Übungen von den einfachsten bis zu

¹⁸ Ich darf wohl darauf verzichten, auf naheliegende Erklärungen unserer westlichen Medizin einzugehen.

den erhabensten, und eine wunderbar feine Seelenkenntnis offenbart sich in allen Anweisungen und Ratschlägen der durch die Jahrhunderte überlieferten und vervollkommneten Meditationstechnik.

Hier sind die religiösen Mystiker in ihrem Wesenselement, hier auch die geistesklaren Philosophen genialer Tiefenschau.

Hatte doch BUDDHA selbst die Meditation als notwendige Stufe auf dem viergliedrigen Heilspfade erklärt, als das unerlässliche Mittel zur Erlangung der erlösenden Erkenntnis.

Ist der Mensch durch "Zucht" gereinigt, so bereitet er sich durch "Meditation" auf die Erlangung der "Erkenntnis" vor, und diese endlich bringt ihm die "Befreiung", die Erlösung.

Genau werden von BUDDHA die verschiedenen Stufen der Versenkung unterschieden und beschrieben, und als Themen der Betrachtung finden wir vorzüglich die verschiedenen Wahrheiten, die BUDDHA lehrt, aber auch "Anmutungen"¹⁹ erhabener Gefühle sind Gegenstand der Meditation, ja auch - wohl nicht von BUDDHA selbst herrührend - die Stufen der fortschreitenden Abstraktion des Vorstellens²⁰.

Im *Pali-Kanon* finden wir aber auch bereits eine systematisch angeordnete Kette von Meditationen, also Exerzitien, die wie der Heilspfad selber im Vierer-Rhythmus schwingt²¹.

Dies Exerzitienbüchlein finden wir sogar zweimal im Kanon, nämlich einmal in der *Längeren Sammlung der Lehrreden Buddhas* (Nr. 22)

¹⁹ Um diesen Ausdruck westlicher Meditationstechnik zu verwenden.

²⁰ Vergleiche die sehr instruktive Abhandlung von FRIEDRICH HEILER: *"Die buddhistische Versenkung"*, 2. Auflage, bei ERNST REINHARDT, München 1922.

²¹ Dabei sei darauf hingewiesen, dass im Westen die Exerzitien des IGNATIUS v. LOYOLA ebenfalls im Vierer-Rhythmus schwingen, den man in Annäherung an die neuplatonischen Ausdrücke bezeichnen kann als: Reinigung, Erleuchtung, Heiligung, Vereinigung.

und zweitens in der *Mittleren* (10). Sein Titel lautet: "*Die Pfeiler der Einsicht*".

Zu diesen alten Gegenständen der buddhistischen Versenkung traten in der Folgezeit, befördert durch die Eigenart verschiedener Sekten, eine ganze Reihe andere.

Hierher gehört zunächst einmal alles, was mit YOGA im engeren Sinne zusammenhängt, die beruhigende Atembetrachtung, der Schlangenkraft-Yoga, der die Sexualkraft alchemistisch zum Geiste sublimiert, die Erzeugung des unvergänglichen "Diamant-Leibes" aus der Lotusblume auf dem Scheitel als der Geburtsstätte des wiedergeborenen Menschen, kurz eine ganze Reihe von Übungen, die uns in gleicher oder ähnlicher Form im indischen YOGA und im chinesischen TAOISMUS begegnen.

Eine weitere Bereicherung erfährt das Meditationswesen durch den Ritualismus und alles, was mit der Magie des TANTRA-WESENS zusammenhängt.

Die symbolisch-magischen Fingerstellungen, die mystischen Silben, die Verehrung des Kultbildes und anderer Symbole usw. boten der verinnerlichten Auffassung durch Meditation neue Gegenstände.

Die sog. buddhistische "Messe" in der - in CHINA heute erloschenen - "esoterischen Sekte" (MI DSUNG)²² ist ein fortlaufendes Meditationsformular, das seinen Höhepunkt im YOGA der Vereinigung aller drei menschlichen Funktionen:

- des Geistes:
- des Wortes
- und des Körpers

²² In JAPAN als SHINGON bekannt.

mit BUDDHA findet.

Ein neues Gebiet erschloss sich der Betrachtung durch die "*Sekte des reinen Landes*", die die bildhafte Betrachtung des AMITABHA bzw. AMITAYUS BUDDHA und seines westlichen Paradieses lehrt (z. B. im *Ami-tayur-dhyäna-sutra*).

Endlich aber ist die philosophische und dogmatische Entwicklung in den neu entstandenen Sekten in CHINA von ungeheurer Bedeutung für das Meditationswesen geworden.

So bildet z. B. in der TIEN-TAI-SEKTE das *Mo-Ho-Dschi-Guan*, der große Text über Beruhigung der Leidenschaften (chin. *Dschi*, sa. *samatha*) und über Wesensschau oder Tiefsicht (chin. *Guan*, sa. *vipasyana*), also über die beiden Wirkungen der Versenkung, eine fortlaufende Kette von philosophischen Wahrheiten, die einzeln nacheinander durchmeditiert werden müssen und von den einfachsten zu gewaltigsten Erkenntnissen fortschreiten.

Gegenüber dieser mehr scholastischen Richtung steht die Methode der Meditationssekte, die mit einer äußerst geringen Zahl allgemeinsten Dogmen auskommt und das Wesentliche in der persönlichen inneren Erfahrung des Einzelnen sieht.

Ihr kommt daher alles darauf an, im Einzelnen den Durchbruch genialer Erkenntnis herbeizuführen, und sie hat hierfür eine einzigartige Methode ersonnen:

- die Seelenleitung durch das Paradox.

Am Gegensatz, ja Widerspruch der vereinten - meist in Form einer Anekdote gegebenen - Gedankenreihen soll sich das Aufflammen der Erkenntnis der übergegensätzlichen letzten Einheit des Sinnes von Welt und Leben entzünden.

Es sei mir nun gestattet, aus der ungeheuren Fülle des Materials zwei Typen herauszugreifen, die im Gegensatz ihrer Methode etwa anzudeuten vermögen, in wie verschiedener Weise die Meditation im Gebiete des chinesischen BUDDHISMUS verwandt werden kann. Das eine Beispiel will ich aus der esoterischen Sekte (*Mi Dsung*) nehmen, nämlich die sogenannte "Mond-Meditation", da dieses Meditationsthema auch von andern Sekten übernommen worden ist.

Zwar ist diese Sekte heute, wie schon oben erwähnt, in CHINA erloschen, aber ihre Schriften werden nach wie vor studiert, in JAPAN blüht sie unter den Namen SHINGON(=*Mantra*)-Sekte noch heute ungemein stark, und ich gebe diese Meditation in der Form, wie sie mir selber von den Priestern an ihrem Patriarchatssitze auf dem heiligen Berge *Koyasan* gelehrt worden ist.

- Man setzt sich in Meditationshaltung und völlig entspannter Seelenverfassung hin und stellt sich vor, man sähe vor sich die klare Scheibe des Vollmondes²³.
- Nachdem man das Bild eine Zeitlang betrachtet hat, bekommt man den Eindruck, es nähere sich.
- Auf einmal hat man den Eindruck, der Mond sei nicht außerhalb des Betrachtenden, sondern ruhe im eigenen Inneren.
- Es tritt also eine mystische Vereinigung mit dem betrachteten Symbol ein.
- Nun hat der Mond eine von alters her feststehende Bedeutung, er ist das Symbol der Erkenntnis der ewigen Wahrheit²⁴.

²³ Anfänger. die nicht genügend starke optische Vorstellungskraft haben, bekommen in einer Entfernung von etwa zwei Metern ein Rollbild aufgehängt, das auf dunkelblauem Grunde eine silberne Mondscheibe zeigt.

²⁴ Vergleichsweise sei bemerkt: In der Mystik des Abendlandes ist der Mond Symbol des hl. Geistes und seines Wirkens in der Kirche der vielen Einzelseelen. Ihm steht gegenüber die Sonne als Symbol CHRISTI und seines Wirkens in der Geschichte und im Geiste des Menschen. - Im BUDDHISMUS wird aber die hellleuchtende (mittägliche) Sonne nicht gerne meditiert, da die psychologische Erfahrung

Diese ist aber die göttliche *Buddha-Natur* des ganzen Weltalls, insbesondere also auch die *Buddha-Natur*, die das letzte Wesen unsrer selbst ist.

Diese Natur hat drei Eigenschaften:

1. sie ist erleuchtet;
2. sie ist rein von Begierden;
3. sie ist ungetrübt von zornigen Leidenschaften.

Ich fühle also nun den Mond in mir ruhend als meine eigene *Buddha-Natur*:

- jetzt lasse ich in der Vorstellung den Mond langsam und schrittweise größer werden;
- zunächst ist er so groß wie mein Leib, dann wie mein ganzer Körper, dann größer als mein Körper, jetzt so groß wie das Zimmer, dann so groß wie das ganze Haus, jetzt schwebt er, oder vielmehr ich als Mond, über der Erde, jetzt ist er so groß wie die Erde, jetzt ist er größer als die Erde, jetzt umfasst er Erde und alle Sterne, nun ist er so groß wie das Weltall: "*Ich, Buddha-Natur, bin das Weltall, außer mir ist nichts*";
- nachdem man eine Zeitlang in dieser Vorstellung und ihren begleitenden Gefühlen verharret hat, lässt man den Mond genau in denselben Stufen wieder kleiner werden, bis er wieder in der Herzgegend ruht;
- dann entlässt man ihn aus sich heraus.

Diese Übung kann man zwei-, dreimal hintereinander vornehmen. Die besten Tageszeiten für Meditationen sind der frühe Morgen und der späte Abend. Die Wirkung dieser Meditation soll dem Menschen zur Erkenntnis seiner *Buddha-Natur* verhelfen, insbesondere aber soll sie

gelehrt haben soll, dass dies Symbol im allgemeinen zu stark für den Menschen ist. - Sonne und Mond bezeichnen zugleich die Polarität, nämlich im TAOISMUS und KONFUZIANISMUS *Yang* und *Yin* (siehe die Tabelle am Schluss der taoistischen Meditation), im mystischen BUDDHISMUS DIAMANTWELT und Matrixwelt. In dieser Bedeutung der Polarität traten sie auch im Westen in der KABBALA, bei den ALCHEMISTEN u. a. auf.

drei Einzelwirkungen haben, die psychologisch ganz richtig als aus dem Symbol selber hervorgehend angesehen werden:

1. diese Meditation wirkt beruhigend auf das Triebleben .der Begierden, denn der Mond ist kühl und rein;
2. wirkt die Mondmeditation beruhigend auf die zürnenden Leidenschaften, denn der Mond ist klar und hell.

Diese beiden Wirkungen bilden also die schon mehrmals erwähnte eine Hauptwirkung aller Meditationen, die sittliche Veredlung des Menschen durch „Beruhigung“ des Trieblebens, das in einen höheren Weltzusammenhang einbezogen wird.

3. Endlich hat die Mond-Meditation noch eine 3. Wirkung, sie erleuchtet den Menschen und lehrt ihn, die allem zugrunde liegende eine Wahrheit, die auch in ihm enthaltene *Buddha-Natur*, zu schauen, denn der Mond ist die "himmlische Lampe", die Leuchte in der Nacht.

Das ist also die andere Hauptwirkung jeglicher Meditation, die Weisensschau oder "Tiefsicht".

Die Methode dieser Betrachtung ist eine synthetische (im Gegensatz zu aller abendländischen Analyse).

Ein Bild imprägniert oder tingiert mit der ihm eigenen Eindruckskraft die Seele, und zwar gerade ihre tieferen Schichten.

Alle Gefühlswerte, die sich an das Bild knüpfen, werden damit ebenfalls der Seele eingeprägt²⁵.

Die bildhafte Meditation, die "Imagination", wirkt auf diese Weise - um mit PARACELsus zu reden - zeugend auf den Seelengrund ein.

²⁵ Auf dieser psychologischen Tatsache beruht der Wert und Sinn aller Symbolik, aller Erziehung durch Bilder.

Dadurch entsteht ein Neues, eine Seelenform, die bisher nicht so da war, oder, wie wir auch sagen können, eine Verwandlung oder Überformung der Seele findet statt.

Als Gegensatz zu dieser bildmäßigen Schau möchte ich - aus Raumgründen - unter Verzicht auf Vorführung von Meditationsbeispielen mit Themen aus dem YOGA, aus den Riten und den philosophisch-dogmatischen Sätzen ein Beispiel aus der Meditationssekte anführen - eine Anekdote, deren entscheidende Meditationsstelle bildlose Worte sind:

Der fünfte Patriarch hat seinem Schüler HUI NENG den *"Buddha-Geist"* übertragen, d. h. er hat ihm zur vollen Schau der letzten Wahrheit verholfen und ihm auch die äußeren Zeichen des Patriarchates - Gewand und Almosenschale BUDDHAS - übergeben und ihn dann weggeschickt.

Der Scholar SCHEN SIU ist eifersüchtig und setzt dem HUI NENG nach. Als er HUI NENG eingeholt hatte, warf dieser Gewand und Schale auf einen Felsen hin und rief:

"Der Mantel versinnbildlicht den Glauben, kannst Du ihn mit Gewalt erstreiten?"

Er lag nämlich inmitten von Gestrüpp versteckt.

SCHEN SIU kam herzu und wollte ihn aufheben, aber er bewegte sich nicht. Da tritt eine plötzliche Sinneswandlung bei dem neidischen Verfolger ein, und er ruft:

"Heiliger! Ich bin des Dharma (der letzten Wahrheit) wegen gekommen und nicht des Gewandes wegen!"

Da kam HUI NENG hervor und setzte sich auf eine Felsplatte.

SCHEN SIU begrüßte ihn durch Stirnaufschlag und sagte:

"Bitte, Heiliger, lehre mich den Dharma!"

HUI NENG sagte:

"Da es um des Dharma willen ist, dass Du gekommen bist, so mögest Du alle Vorstellungen abstellen. Bringe überhaupt keinen Gedanken hervor! Dann will ich Dir den Dharma erklären!"

SCHEN SIU muss also nun wie beim Beginn der Meditation alle Gedanken ausschalten. Nach einer geraumen Weile - also nachdem HUI NENG merkt, dass SEHEN SIU jetzt so weit ist, den meditativen Zustand hergestellt zu haben - ruft HUI NENG in diese rezeptive Stimmung die lösenden Worte schöpferischer Erkenntnis hinein:

"Nicht denkend Gutes, nicht denkend Böses, - gerade in diesem Augenblick! - was ist dein ursprüngliches Antlitz vor Deiner Zeugung?"

SCHEN SIU erlebte bei diesen Worten die große Erweckung, denn das Paradox des Antlitzes eines noch nicht einmal gezeugten Wesens verhilft ihm plötzlich zum Aufleuchten der übergegensätzlichen letzten Wahrheit, dem *Dharma*, der *Buddha-Natur* der Welt und des eigenen Lebens.

Die Meditationssekte, die alles noch einmal neu gedacht hat, hat auch den alten buddhistischen Heilspfad umgedacht:

- sie hat das *Bodhisattva-Ideal* des Heiligen, der - obwohl letzter Erkenntnis teilhaftig - nicht der Welt entschwindet, sondern an ihrer fortschreitenden Erlösung weiterarbeitet, mit der älteren Anschauung folgerichtig verbunden;
- sie hat ferner das taoistische Ideal erfüllt: verborgen wie der Urgrund der Welt selber, im Alltag bescheiden weiter zu leben, trotzdem oder gerade weil die letzten Höhen des Menschseins erreicht sind.

Zum Abschluss unserer Betrachtungen wollen wir daher noch einen Blick auf die Lehre vom Heilspfad werfen, wie ihn die Meditationssekte

lehrt.

Der Heilspfad hat eine psychologische Begründung für die Stufen seiner Entwicklung - wenn wir von der Besprechung des Metaphysischen absehen - in den Stufen der seelischen Reifung des Menschenlebens von der Volljährigkeit bis zum Alter.

Eigentlich findet aber keine Aufeinanderfolge von streng getrennten Stufen statt, vielmehr wird bei zunehmender Reife eine immer tiefere Schicht des Menschen mit seinem Bewusstsein verbunden, aber alle Schichten und alle Stufen erklingen schon auf der ersten Stufe mit.

Da nun die Meditation ganz den gleichen Gang geht wie diese Reifung der menschlichen Seele, so hilft sie einerseits am besten mit, den Menschen reifen zu lassen, und fördert ihn bei dem einzig möglichen Fortschritt, eben dem der Reifung seines Seins.

Umgekehrt erscheint von da aus vergleichsweise der ganze Heilspfad wie eine ins Riesige ausgedehnte Meditation, die den Menschen bis zur letzten Tiefe gelangen lässt und ihn dann wieder zur Welt der Erscheinung gewandelt zurückholt.

LIANG-GIE von DUNG SCHAN (807-869), der 10. Patriarch nach BODHIDHARMA und Begründer der TSAU-DUNG-SEKTE, einer Unterabteilung der Meditationssekte, hat in einem Hymnus unter Benutzung von Zeichen des ehrwürdigen altchinesischen "*Buches der Wandlungen*" (*I Ging*), die fünf Stufen des Heilspfades besungen.

Diese fünf Stufen bauen sich so auf:

- dass zunächst der Weg der Verinnerlichung beschritten wird und das eine Wesentliche in der bunten Mannigfaltigkeit geschaut wird;
- sodann wird von diesem Wesentlichen her in der Erleuchtung alle Besonderung aufgehoben (2. Stufe);
- in der dann eintretenden *unio mystica* mit dem letzten Grunde

des Weltgeschehens wird der Mensch jedoch in die Dynamik eben dieses letzten Grundes hineingerissen (3. Stufe);

- und vollzieht wieder eine Wendung nach außen.

Zur Verinnerlichung tritt daher die Tätigkeit als gleich starkes Element (4. Stufe). Daher schwinden dem so weit Vorgeschnittenen alle Unterschiede von Verinnerlichung und Wendung nach außen, von Wesentlichem und Gesondertem, von Jenseits und Diesseits.

- Befreit von allen Bindungen und Verkrampfungen lebt er bescheiden und hilfsbereit seinen Alltag, nachdem er das Ungeheuerste erlebt hat und als durch Erleuchtung Vollendeter in sich trägt (5. Stufe).

Um diesen Pfad des Menschen im einzelnen verständlich zu machen, greift der Patriarch zu den Zeichen des "*Buches der Wandlungen*". Denn dieses weise Orakelbuch, dessen Haupttext ("Urteile" und "Bilder") - abgesehen von lexikalischen Erklärungen - zwar reichlich dunkel ist, hat im Laufe der Jahrhunderte durch eine Reihe hervorragender Kommentare eine ganz bestimmte Auslegung erfahren, so dass es nach und nach zu einem immer großartigeren Kompendium der Weisheit für den Einzelnen und das soziale Leben geworden ist.

Von dieser Art der Auslegung her ist es auch zu verstehen, dass das *Buch der Wandlungen* nicht nur auf KONFUZIANISMUS und TAOISMUS eine ungeheure Wirkung gehabt hat, sondern dass es auch den chinesischen BUDDHISMUS, ja sogar den tibetischen LAMAISMUS in seinen Bann gezogen hat.

Der Patriarch geht nun davon aus, dass er den beiden Arten Strichen, aus denen alle Zeichen des Buches zusammengesetzt sind, besondere naheliegende Bedeutungen beilegt, nämlich

Yang-Strich :

Yin-Strich:

das Wesentliche	die Besonderung
das Wirkliche	die Wirkung
das Herrschende	das Untergebene
die Leerheit	das Gestaltete
das Wahre	das Vordergründige
das Ding an sich	die Erscheinung
schwarz	weiß
(weil ganzstrichig)	(weil in der Mitte hell unterbrochen)

Er nimmt nun das *Trigramm des Leuchtenden (Li, Striche: Yang-Yin-Yang)* das auf diesem Wege der Erleuchtung das Gegebene ist, denn es bedeutet die Seele in ihrer Verklärung, die *Yang*-Striche des Himmlichen sind herausgetreten aus dem *Yin*-Strich des Körperlichen.

Zwischen den starken Strichen außen ist in der Mitte der unterbrochene Strich wie ein leerer Raum, dadurch werden die Außenstriche hell.

Das ist wie eine Flamme, die in der Mitte auch leer ist und außen geschlossen ihre Stärke und ihren Glanz zeigt. Die Flamme aber zeigt symbolisch ihr himmlisches Wesen, dadurch dass sie zwar durch Irdisches bedingt ist, von dem sie sich nährt - so haftet der Heilige am Rechten -, aber dass sie zum Himmel lodert und alles um sich hell macht.

Der Patriarch nimmt nun das Zeichen des Leuchtenden in seiner höchsten Verstärkung, das ist das *Hexagramm des verstärkten Leuchtenden (Nr. 30, Striche: Yang-Yin-Yang, Yang-Yin-Yang)*

Das ist das wahre Abbild des Weisen, d. h. des durch das Feuer der Erleuchtung selber Licht Gewordenen. Er strahlt in seiner Vollendung - ohne sich zu bemühen das Licht aus wie die Sonne und erleuchtet die vier Weltgegenden.

Der Patriarch hat dieses Zeichen als Symbol der letzten oder 5. Stufe, als Bezeichnung der Vollendung, angenommen.

Nun schließt er auf die vorhergehenden Stufen, indem er das Zeichen umwandelt. Dabei bedient er sich des Mittels der Verlegung der Striche - ein sonst auch vorkommendes Verfahren.

Er nimmt also die beiden *Yang*-Striche aus der Mitte heraus und legt je einen nach oben und unten, das ergibt das Hexagramm der "Inneren Wahrheit" (Nr. 61, Striche: *Yang-Yang-Yin, Yin-Yang-Yang*).

Dieses Zeichen ist von einer wundervollen Harmonie der Gegensätze - die unteren drei Striche sind das Gegenbild der drei oberen. Das gibt ein gutes Symbol für die Vereinigung von Innerlichkeit und Außenwirkung, für die vierte Stufe.

Die innere "Leerheit" der mittleren Striche zeigt zugleich den freien, erlösten Geist an, aber nach außen wirkt mächtig die ungebrochene Kraft der starken Striche.

Nun verwandelt der Patriarch abermals das Zeichen durch Herausnahme der beiden mittleren Striche und ihr Verlegen nach außen, nämlich wieder nach oben und unten.

So erhält er das Hexagramm Nr. 28: "*Des Großen Übergewicht*" (Striche: *Yin-Yang-Yang, Yang-Yang-Yin*)

Dieses Zeichen wird als *Bild des Firstbalkens* angesehen. Da an seinen Enden, oben und unten, schwache Striche stehen, so ist er zu schwach, er biegt sich durch und will nachgeben.

Das ist kein dauernder Zustand, er muss verändert werden.

Der *Firstbalken* ist nun seit alters ein *Symbol des Urprinzips*, und so gibt das Zeichen eine ausgezeichnete Symbolisierung des Um-

schwungs in der inneren Entwicklung des Menschen durch die *unio mystica*.

Hat er durch höchste Verinnerlichung die Vereinigung mit dem Urgrunde des Geschehens erhalten, so wird er selber in die wuchtende Bewegung desselben hineingerissen und wieder zur Aktivität, zur Wendung nach außen getrieben (3. Stufe).

Nimmt man nun zum drittenmal die beiden mittleren Striche heraus und legt je einen nach oben und unten, so verwandelt sich das Hexagramm zurück in das *Zeichen des Leuchtenden* (Nr. 30).

Drei Umschichtungen sind möglich, mehr nicht.

Es bleibt aber noch übrig, die beiden Anfangsstufen von der Dynamik der *unio mystica* durch Zeichen zu verdeutlichen.

Hierfür nimmt der Patriarch keine Hexagramme - der Mensch ist ja noch nicht durch die mystische Vereinigung mit dem Urgrunde stärker geworden - , sondern einfache, schwache Zeichen.

Er nimmt also nicht das *verstärkt "Leuchtende"*, das aus zwei leuchtenden Feuerzeichen besteht, sondern das *einfach Leuchtende Li* (Striche: *Yang-Yin-Yang*), eines der acht Urzeichen des Weltgeschehens.

Er nimmt hier die eine mittlere Linie heraus und legt sie nach unten, so erhält er das Urzeichen *Sun* (Striche: *Yang-Yang-Yin*), das *Bild des Windes oder Holzes*, d. h. des *sanft Eindringenden* (wie das Wehen des Windes, wie die zarten Wurzeln des Baumes).

Das *sanft Eindringende* ist das passende Symbol zur Veranschaulichung der ersten Stufe.

Auf dieser dringt das Wesentliche, das in aller Besonderung

(Individuation) enthalten ist, in die innere Erfahrung des Menschen ein.

Endlich legt der Patriarch den mittleren schwachen Strich nach oben, so verwandelt er das *leuchtende Feuerzeichen* in das Urzeichen *Dui* (Striche: *Yin-Yang-Yang*), das *Bild des stillen Wassers*, des *Sees* oder des *Heiteren*.

Wie die beiden starken Striche unten sich in den schwachen oberen äußern, so verwandeln sie dessen weiche Schwermut in innerlich begründete Heiterkeit.

So auch verwandelt sich im Menschen, der innerlich stark ist, nämlich vom Wesentlichen her alles anschaut und von dort her lebt, alle äußerlich verschiedene Erscheinung eben zu nichts als Erscheinung des allein Wesentlichen und unter sich gleich.

Vermittels dieser fünf Diagramme also war es dem Patriarchen DUNG SCHAN möglich, die verschiedenen Mischungsgrade von Seichtheit und Tiefe bei der Pflege des höheren Lebens darzustellen. Man bezeichnet die fünf Stufen als die *"fünf Stufen der Heldentaten"*.

Zugleich kann man an diesen Diagrammen den gegenseitigen Zusammenhang und die Durchdringung von Ding an sich und Erscheinung darlegen.

(An Stelle von "Wesentliches" [Ding an sich] und "Besonderung" [Erscheinung] kann man auch die Ausdrücke "Herrschendes" und "Untergebenes" verwenden.

Der Ausdruck *"die fünf Stufen der Heldentaten"* gibt DUNG SCHANS ursprüngliche Auffassung wieder, während die Bezeichnung *"die fünf Stufen des Herrschenden und des Untergebenen"* eine Auslegung TSAU

SCHANS darstellen.)

Und nun wenden wir uns zum Schlusse dem Hymnus des Patriarchen LIANG-GIE von DUNG SCHAN zu, durch den er die fünf Stufen von der ersten bis zur letzten in geistvoller Weise beschreibt²⁶.

I. Stufe: Besonderung im Wesentlichen.

*"In der dritten Wache, zu Beginn der Nacht, bevor der Mond leuchtet –
Wundre dich nicht, wenn einander Begegnende sich nicht erkennen!
Ganz geheim hegt man doch Verdächtiges aus früheren Tagen!"*

"I. Stufe: *Besonderung im Wesentlichen!*"

- Das Wesentliche ist die Wirklichkeit, die Leerheit, das Ding an sich. Die Besonderung ist die Wirkung, das Gestaltete, die Erscheinung.
- Der Schüler erkennt auf dieser Stufe die Wirkung der Wirklichkeit, die Erscheinung inmitten des Dinges an sich und betrachtet sein Sein als Stufe der Pflege seines sittlichen Wandels.

"In der dritten Wache, zu Beginn der Nacht, bevor der Mond leuchtet -."

Der Schüler versenkt sich in die Nacht der Kontemplation, in die Dunkelheit des eigenen Innern, noch ist ihm der Mond der Wahrheit nicht voll aufgegangen.

"Wundre dich nicht, wenn einander Begegnende sich nicht erkennen!"

Im Geheimnis der Nacht werden alle Unterschiede verhüllt, daher ist

²⁶ Der Hymnus ist bereits übersetzt und erklärt in OHASAMA-FAUST: *"Zen, der lebendige Buddhismus in Japan"*, leider ohne Erwähnung der Beziehungen zu dem *Buche der Wandlungen* und dessen Zeichen nebst den Meditationsbildern.

es unmöglich, das Einzelne zu unterscheiden, *"einander Begegnende zu erkennen"*. So verschwinden auch in der Kontemplation erlebter Gleichheit (*Ping Deng*) des Absoluten alle Unterschiede der Erscheinungen. Aber:

"Ganz geheim hegt man doch Verdächtiges aus früheren Tagen",

die Spur des vergangenen Lebens ist, wenn auch durch die Dunkelheit und die Gleichheit des Absoluten verdeckt, noch vorhanden. Das Sein ist noch nicht völlig gewandelt. Diese völlige Wandlung wird eingeleitet durch den mystischen "großen Tod" des alten Menschen.

Das Urzeichen *Sun* (Striche: *Yang-Yang-Yin*) stellt das *sanft Eindringende des Windes und des Holzes* - - dar.

Es teilt sich unten, wird licht, ohne doch die Kraft des Eindringens zu verlieren.

So wie der Wind, auch, wenn er sich teilt, überall eindringt, so wie die zarten Ausläufer der Wurzeln eines Baumes überall eindringen, so dringt auf dieser Stufe das Wesentliche überall in die Besonderung sanft ein.

Jegliche Besonderung wird als teilhaftig des Wesentlichen geschaut.

Das Meditationsbild zeigt entsprechend der Verteilung von ganzen, schwarzen Linien und der hellen, unterbrochenen Linie im Urzeichen die obere Hälfte schwarz, das ist das kräftige Wesentliche, die untere Hälfte weiß, das sind die schwachen Besonderungen.

Der Mensch erkennt in seiner Besonderung das Wesentliche, von dem er nun Wirkung, Erscheinung ist.

II. Stufe: Wesentliches in der Besonderung.

"Eine alte Frau, die die Morgendämmerung versäumte, tritt vor den alten Spiegel. Obwohl sie ganz klar einander gegenüberstehen, ist doch nichts Wirkliches da. Lass ab, schon wieder verwirrten Kopfes, abermals nach Schatten zu suchen!"

„II. Stufe: *Wesentliches in der Besonderung*“: Jetzt ist der Standort gewechselt, vom Wesentlichen her wird die einzelne Erscheinung geschaut.

Kraft der so gewonnenen erleuchtenden Einsicht erkennt man in allen Erscheinungen das „Wesentliche“, diese Welt als jene Welt, man dringt in alle *Dharmas* und alle Schulmeinungen ein und betrachtet die leere Wahrheit als die unterschiedslose Ebene der Erscheinungen.

Alle Erscheinungen werden unter sich gleich.

"Eine alte Frau, die die Morgendämmerung versäumte, tritt vor den alten Spiegel."

Der Morgen, das helle Tageslicht, lässt im Gegensatz zur Nacht der Kontemplation wieder alle Verschiedenheiten der Erscheinungen hervortreten, so treten auch Frau und Spiegel als scheinbare Verschiedenheiten hervor.

Aber beide sind "alt", d. h. sie haben schon die Erfahrung der ersten Stufe hinter sich, die *"alte Frau"* (der Mensch auf dieser Stufe) hat die Arbeit der Nachtstufe hinter sich und daher die *"Morgendämmerung versäumt"*.

„Obwohl sie ganz klar einander gegenüberstehen. ist doch nichts Wirkliches da.“

Die einzelnen Besonderungen stehen ganz klar einander gegenüber, aber man schaut sich und sie jetzt vom Wesentlichen her an: da er-

kennt man, dass sie im Wesentlichen alle unter sich gleich sind, es gibt keine Besonderungen oder Erscheinungen mehr, es „*ist doch nichts Wirkliches da*“.

Alles ist wesentlich, und das ist das einzig Wirkliche (*Dschen*) und zugleich Wahre, das *Tao*, obwohl es von den Erscheinungen her früher als das vollendete Nichts erschienen ist.

"Lass ab, schon wieder verwirrten Kopfes, abermals nach Schatten zu suchen!"

Ein Tor, der zum erstenmal in einen Spiegel blickte, hielt sein Spiegelbild für eine Wirklichkeit, dabei war es doch nur ein nichtiger "Schatten" seiner falschen Vorstellungskraft.

Solch verblendetes Verhalten muss auf dieser Stufe der Erleuchtung aufhören, wo die Einheit von Spiegel und Betrachter, von allen Besonderungen erschaut und das Wesentliche als das einzig Wirkliche erkannt ist.

Das Urzeichen *Dui* (Striche: *Yin-Yang-Yang*) stellt das *stille Wasser eines Sees* dar und bezeichnet das *Heitere*.

Von der Kraft der starken unteren Striche her wird die schwache obere Linie mild verklärt.

So verklärt das Wesentliche alle Einzelercheinungen.

Das Meditationsbild gibt wiederum die obere äußere Linie in ihrer Weicheit als Weiß wieder, die unteren starken Linien als das zugrunde liegende kräftige Schwarz. Zeichen und Bild sind entsprechend dem veränderten Standort des Bewusstseins die genaue Umkehrung von Zeichen und Bild der I. Stufe.

III. Stufe: Hervorkommen im Wesentlichen.

"Inmitten des Nichts gibts einen Weg, der trennt vom weltlichen Staube!

*Ist man nur fähig, nicht zu verletzen die geltenden Verbote,
So ist man auch überlegen dem zungenschneidenden Talent
aus der früheren Dynastie! "*

"III. Stufe: *Hervorkommen im Wesentlichen.*"

Auf dieser Stufe ist die Vereinigung mit dem Wesentlichen erlangt, der Mensch ist mit der letzten Wirklichkeit und Wahrheit eins geworden, alle *Dharmas*, alle Träger des Weltbestandes, alle Kausalketten des Geschehens werden hier klar, denn von hier gehen sie aus, von hier *"kommen sie hervor"*, so erlebt auch der Mensch hier den ungeheuren Umschwung seines Weges, er geht aus der Vereinigung mit dem Wesentlichen zu neuem zwanglosen Wirken hervor. Das erleuchtet-unerleuchtete Absolute drängt zu erlösender Tat.

"Inmitten des Nichts gibts einen Weg, der trennt vom weltlichen Staube!"

Wer quietistisch in der mystischen Vereinigung mit dem Wesentlichen verharren wollte, erlebte dies Wesentliche vor allem als Nichts; das ist aber nicht die volle Wahrheit, denn dieses Nichts ist zugleich *actus purus*, ständig Wirkendes.

Wer das versteht, dem erscheint sogar diese hohe Stufe noch als Vorläufiges, als *"weltlicher Staub"*. Aber aus der Vereinigung mit dem Nichts führt dieses selbst den Menschen heraus, nämlich durch die ihm eigene Dynamik, durch die es sich und die Welt erlöst.

In diese Dynamik wird der Mensch hineingerissen und arbeitet, selbst erlöst werdend, nunmehr an der Erlösung der Welt und des Absoluten mit.

"Ist man nur fähig, nicht zu verletzen die geltenden Verbote.

. . ."

Der Mensch, der so weit gekommen ist, ist selber die Verkörperung des Weltgesetzes und der höchsten Wahrheit, des *Dharma*, geworden, er braucht sich nicht mehr um Tugend zu bemühen, er wirkt mühelos, von innen heraus sinnvoll. Er bedarf keiner "Verbote" mehr: in seiner Freiheit handelt er, da er vom *Dharma* erfüllt ist, instinktsicher richtig.

"So ist man auch überlegen dem zungenschneidenden Talent aus der früheren Dynastie!"

Ein großer Redner aus der Zeit der SUI-DYNASTIE wurde von seinen Gegnern verleumdet und auf kaiserlichen Befehl, obwohl unschuldig, hingerichtet. Damit seinem Sohn nicht ein Gleiches widerfahre, ließ er ihn vor der Hinrichtung kommen, warnte ihn davor, zu viel zu sprechen, und verletzte die Zunge des Sohnes ein wenig. Durch diesen gewaltsamen Eingriff machte er dem Sohne die Rednerlaufbahn unmöglich, und damit bewahrte er ihn vor allem vor der Möglichkeit, Anstoß zu erregen und *"geltende Verbote zu verletzen"*.

Solche Verkrampfungen hat der Freie, der eins ist mit dem Grunde des Weltgeschehens, nicht mehr nötig. Dem allen ist er überlegen, da er im Besitze des *Dharma* instinktsicher immer das Richtige tut.

Das Zeichen (Striche: *Yin-Yang-Yang, Yang-Yang-Yin*) ist aus dem Zeichen der beiden vorhergehenden Stufen zusammengesetzt, es vereinigt die Schau von den Besonderungen her mit der vom Wesentlichen her.

Verborgен liegt in ihm das doppelte Zeichen des Leuchtenden, das erst auf der letzten Stufe in Erscheinung tritt und vorher noch durch eine Zwischenstufe gehen muss. Das Zeichen dieser Stufe ist aus dem *"Buche der Wandlungen" (I Ging)* entnommen und heißt: *"Des Großen*

Übergewicht".

Es gleicht einem großen Balken, dessen Enden (oben und unten) zu schwach sind. *"Der Firstbalken (das Symbol des Urprinzips) biegt sich durch."*

Das ist kein Dauerzustand. Hier drängt alles zur Veränderung. Das ist das Zeichen des Umschwungs auf dem Wege des Menschen, er wird in die Dynamik des Urprinzips hineingerissen zu neuem, nunmehr zwanglosem Wirken.

Entsprechend den Zeichen gibt das Meditationsbild einen weißen Kreis außen - gleich den schwachen Enden des Firstbalkens -, in der Mitte aber ist der kräftige schwarze Kern:

"Inmitten des Nichts gibts einen Weg, der trennt vom weltlichen Staube!"

IV. Stufe: Ankunft in Vereinigung²⁷.

"Sind beide Schwerter gekreuzt, so sollten sie nicht getrennt werden. Der Starkarmige ist wie der Lotos im Feuer, Als ob er selbst hat den Willen, der zum Himmel emporstößt."

"IV. Stufe: *Ankunft in Vereinigung.*"

Auf der tiefsten Stufe der Verinnerlichung hatte der Mensch die Vereinigung mit dem Urprinzip des Weltgeschehens, mit dem *Dharma*, als dem einzig Wirklichen und Wesentlichen erlebt und wird nun gewissermaßen wieder in die Welt der Erscheinungen zu neuem Wirken hinausgeschleudert. Der Schüler ist nun ein *Bodhisattva* höchsten Ranges geworden, er pflegt den ganzen Tag seinen Wandel und seine Vorstellungen durch Meditation, er wirkt die ganze Nacht, aber ist

²⁷ Später sagte man: Ankunft, nämlich Rückkehr, in Besonderung.

weit entfernt, an Verdienstlichkeit seines Wirkens zu denken.

Zur Verinnerlichung tritt jetzt in "Vereinigung" das Wirken im Sinne der letzten Wahrheit und des Weltgesetzes, "in Vereinigung" auch sind jetzt Wesentliches und Besonderung.

"Sind beide Schwerter gekreuzt, so sollten sie nicht getrennt werden."

Das Schwert der Erkenntnis der höchsten Wahrheit muss in Kreuzung gebunden bleiben mit dem Schwert der barmherzigen Rettung aller Lebewesen.

Verinnerlichung und Wendung nach außen, kontemplatives und aktives Leben dürfen nicht voneinander getrennt werden, beide werden jetzt gleichzeitig vollzogen.

"Der Starkarmige ist wie der Lotos im Feuer."

Der der Sage nach im Feuer erwachsene Lotos ist unverwelklich.

So wird auch der Mensch durch das Feuer der barmherzigen Liebe gegläht und ist unversehrbar gegenüber Schmutz und Vergänglichkeit.

"Als ob er selbst hat den Willen, der zum Himmel emporstößt!"

Der Starkarmige ist mächtig in seiner Wirkung; unversehrbar in seiner Liebe, gestaltet er die Welt im Sinne des Urgrundes um und arbeitet an der Erlösung des Ganzen. Diese Tatkraft ist so überwältigend mächtig, dass er ist wie einer, der zum Himmel emporsteigen will. Das Zeichen (Striche: *Yang-Yang-Yin, Yin-Yang-Yang*) bedeutet die *"Innere Wahrheit"*.

In wundervoller Harmonie stehen sich die Zeichen der beiden ersten Stufen (diesmal umgekehrt als beim letzten Zei-

chen) einander gegenüber.

Die starken Striche stehen nun außen, eine gewaltige Aktivität hat eingesetzt, im Inneren aber sind die beiden schwachen Striche, hier ist die "Leerheit", der Besitz der "Inneren Wahrheit", wo alle Besondere rings vom Wesentlichen umfasst wird.

Das Meditationsbild zeigt in entsprechender Weise außen den starken schwarzen Kreis, die aktive Entfaltung des Wesentlichen und innen den Kern, das Zurücktreten des Besonderen. Zeichen und Bild sind die genauen Gegenstücke zu Zeichen und Bild der vorhergehenden Stufe.

V. Stufe: Dasein in Vereinigung.

"Neigt einer nicht zum Sein oder Nichtsein, wer könnte wohl wagen, da mitzumachen? Jedweder, der wirklich aus dem Alltagsstrom heraustreten will, Kehrt - alles zusammengenommen - zu seinem Sitze inmitten der Kohlen zurück!"

"V. Stufe: *Dasein in Vereinigung.*"

Der Weg des Menschen hat sich zu einem Kreislauf geschlossen. Er ist wieder in sein Alltagsleben zurückgekehrt, aber als völlig Verwandelter: Wirklichkeit und Wirkung sind jetzt vereinigt, Ding an sich und Erscheinung gehen jetzt völlig zusammen. Er hat die allerhöchste *Buddhafrucht* gepflückt. Er ist angekommen, er ist da. und zwar "in Vereinigung" aller Gegensätze, aber auch aller vorangegangenen Stufen in dieser letzten vollkommenen.

"Neigt einer nicht zum Sein oder Nichtsein, wer könnte wohl wagen, da mitzumachen?"

Sein und Nichtsein, also beide Seiten des Geschehens, Erscheinung

und Ding an sich, Besonderung und Wesentliches sind in völliger Harmonie eins, auch der schmutzige, mühevollle Alltag des also Vollendeten steht nicht mehr im Gegensatz zu der hohen Heiligkeit.

Eine Neigung, nur die eine Seite des Weltgeschehens zu bejahen, existiert nicht mehr. Für den Vollendeten ist das *Nirvana* diese Wandelwelt und Nichtwissen erleuchtete *Buddhanatur*, das Absolute zugleich dunkel und gut. Wer diese Wahrheit nicht nur kennt, sondern sie verkörpert, der ist schlechthin weltüberlegen, erhaben.

"Wer könnte wohl wagen, da mitzumachen, d. h. es ihm gleichzutun?"

"Jedweder, der wirklich aus dem Alltagsstrom heraustreten will. . . "

Wer so weit gekommen ist, dem ist auch das Verdienst oder die Belohnung im Jenseits nur Alltagsstrom, also gleichgültig geworden.

"Kehrt - alles zusammengenommen - zu seinem Sitze inmitten der Kohlen zurück!"

Das Ziel des ganzen Weges ist wieder gleich dem Ausgangspunkt geworden. Alle Stufen zusammengenommen führen dazu, dass der Vollendete, der den Sinn von Welt und Leben völlig erfasst hat und ihn verkörpert, wie der unerfahrenste Mensch und der Tor das armselige Leben im Schmutz (Kohlen!) des Alltags wieder aufnimmt.

Es gibt keinen Unterschied mehr von Wesentlichem und Unwesentlichem, von Heiligkeit und Alltag.

So scheut der Vollendete nicht die geringe, kleine Pflicht des Alltags. und er adelt durch sein Verhalten die ganze Welt. Weiser und Tor sind letztlich eins, Heiliger und Verbrecher desgleichen; wo aber unsere Erscheinungswelt sich doch noch nicht ganz mit dem einzig Wesentli-

chen decken sollte, da arbeitet der zu den Kohlen Zurückgekehrte an der Erlösung der Menschheit, aller Lebewesen, der Welt.

Endlich ist das Zeichen in seiner vollen Herrlichkeit erschienen. Zwei Feuerzeichen ergeben zusammen das Zeichen (Striche: *Yang-Yin-Yang, Yang-Yin-Yang*) des verstärkten Leuchtenden aus dem *Buche der Wandlungen*. So ist der Vollendete selber völlig Licht geworden, und er erleuchtet mühelos wie die Sonne die vier Weltgegenden.

Die starken Striche treten zugleich im Inneren wie im Äußeren auf, die schwachen Striche sind eingebettet in ihren Zusammenhang.

Eine völlige Durchdringung beider Arten hat stattgefunden, Ding an sich und Erscheinung lassen sich nicht mehr trennen, Heiligkeit und Alltag, *Nirvana* und Wandelwelt sind eins geworden. Das Meditationsbild zeigt gleicherweise eine starke Ausfüllung durch die schwarze Fläche des Wesentlichen, aber sowohl nach oben wie nach unten streckt sich - entsprechend dem Zeichen - die schwache weiße Fläche. Geheimnisvoll leuchtet das Bild in seiner mondhaften Verteilung von Dunkel und Hell wie das Bild des gereiften Vollendeten.

VII. Schlußbetrachtung

Werfen wir einen Blick zurück auf die mancherlei verschlungenen Wege, die wir gegangen sind. Manch helles Licht einer tieferen Erkenntnis unseres Lebens leuchtete da plötzlich auf, aber auch manch Gefährliches aus unseren Tiefen sah man wohl nur eben mit Namen angedeutet - im Dunkel sich regen.

Sehr vieles wäre hier noch zu sagen. Beschränken wir uns darauf, dass die Weisheit, die auf solchem Wege gefunden wird, allumfassend

Himmel und Erde miteinander verbindet und gerade dadurch mutig sich als Besitzerin des echten Ringes ausweisen will.

Auch auf allerhand Magie oder allerhand okkulte Erscheinungen ist hier nicht eingegangen.

Ihre Beherrschung ist noch lange kein Zeichen einer höheren Reife, wenn auch ungewöhnliche Fähigkeiten, gewissermaßen als Nebenprodukt, bei der Durchmessung des Weges und bei den Meditationen auftreten.

Die hohe Weisheit verachtet diese Dinge, und man bekommt als Schüler gerne folgende Anekdote in gewissen chinesischen Bänden erzählt:

Ein buddhistischer Meister unterrichtete seine Schüler in der geheimen Lehre. Nun war unter den Schülern ein vorwitziger Novize, der sich allerhand magische Kenntnisse und Fähigkeiten erworben hatte und nun gerne damit prahlen wollte.

Eines Tages also, als der Meister die Menge der Schüler vor sich sitzen hatte und sie in die Geheimnisse der seelischen Reifung einführte, schnalzte der junge Novize nur mal eben magisch mit den Fingern. Der ganze Raum erbebte unter einem gewaltigen Blitz und Donnerschlag.

Entsetzt fuhren die anderen Novizen in die Höhe.

Der Meister aber fuhr ruhig in seinem Vortrage fort, als ob überhaupt nichts geschehen wäre, und nach dem Unterricht bestrafte er den vorwitzigen Schüler. Wegen Unfugs.

Es handelt sich eben bei der hohen Kunst der Meditation nicht um Absonderliches, nicht um die Erreichung ungewöhnlicher Seelenlagen - obwohl das natürlich auch vorkommt -, sondern um die Gewinnung der "himmlischen Perle", mit der der göttliche Geist der seraphischen Drachen spielt.

Dies wiederum nicht aus freventlicher Neugier, sondern als Mittel der völligen Verwandlung des Menschen zu einem reife-

ren, vertieften Wesen, das in Einklang mit dem Sinn von Welt und Leben ist.

Nun wird zwar angenommen, ein jeder könne in dieser genialen Weise zu denken lernen, aber die Erfahrung zeigt, dass den meisten die Einstellung fehlt, die sie diesen Weg - den doch ihre eigene Natur sie selber leise durch die Lebensalter führt - auch wirklich ernst bewusst einschlagen.

Kehrt nun auch der Vollendete - alles zusammengenommen - wieder zu seinen Kohlen zurück, so kann man mit den Meistern der Meditationssekte sagen:

*"Es gibt keinen Weg!
Es gibt kein Tor der Erkenntnis!
Wir lehren euch also den Nicht-Weg und das Nicht-Tor!
Wer es fassen kann, der fasst es."*

Wer es aber fasst, der kann mit FAUST zum Erdgeiste - nach GOETHES ursprünglicher Absicht zum Weltengeiste - sagen, da ihm in ihm selbst, in der Natur und in der Geschichte seine Eingliedertheit in deren letzten Sinn zur Eigennatur geworden ist:

*Erhabner Geist, du gabst mir, gabst mir alles,
Worum ich bat. Du hast mir nicht umsonst
Dein Angesicht im Feuer zugewendet.
Gabst mir die herrliche Natur zum Königreich,
Kraft, sie zu fühlen, zu genießen. Nicht
Kalt staunenden Besuch erlaubst du nur,
Vergönntest mir, in ihre tiefe Brust,
Wie in den Busen eines Friends, zu schauen.
Du führst die Reihe der Lebendigen
Vor mir vorbei und lehrst mich meine Brüder
Im stillen Busch, in Luft und Wasser kennen
.....
Dann führst du mich zur sicheren Höhle, zeigst*

*Mich dann mir selbst, und meiner eignen Brust
Geheime tiefe Wunder öffnen sich.
Und steigt vor meinem Blick der reine Mond
Besänftigend herüber, schweben mir
Von Felsenwänden, aus dem feuchten Busch
Der Vorwelt silberne Gestalten auf
Und lindern der Betrachtung strenge Lust.*