



## Lichtgestalten des Zen: Seng-ts'an

Der Lebenslauf des dritten Chan-Patriarchen Seng-ts'an (jap. Sosan) ist weitgehend unbekannt. In der bedeutendsten Geschichtsquelle der frühen Chan-Zeit (5./6.Jhdt.), dem Werk des Tao-hsüan, der ein Zeitgenosse und Jünger des 2. Patriarchen Hui-k'o war, wird er kaum erwähnt. Lediglich die Biographie des Fa-ch'ung nennt ihn mit Namen. Sein Geburtsjahr wird um 510 vermutet, eventuell kam er in der Provinz Yunnan zur Welt. Als sicher gilt, dass er im Jahr 606 verstorben ist.

Im Alter von etwa vierzig Jahren fand Seng-ts'an zu Hui-k'o. Er war kränklich und vollkommen unbekannt. Die erste Begegnung wird in folgender Erzählung tradiert:

*Seng-ts'an: „Ich bin krank. Bitte, Meister, reinigt mich von meinen Sünden, die der Grund für meine Krankheit sind.“*

*Hui-k'o: „Bring mir deine Sünden her, dann werde ich dich von deinen Sünden reinigen und dir Frieden geben.“*

*Sen-ts'an, nach einer Weile des Schweigens: „Ich kann meine Sünden nirgends finden.“*

*Hui-k'o: „Ich habe sie hiermit für dich vernichtet.“*

*(Shinjinmei, Die Meißelschrift S.16)*

Diese Erzählung erinnert stark an die Begegnung des Hui-k'o mit dem 1.Patriarchen Bodhidharma (siehe Lichtgestalten 2017: Bodhidharma). Auch die Begegnung des Seng-ts'an mit seinem späteren Nachfolger, dem 4.Patriarchen Tao-hsin (580-651) wird ähnlich geschildert:

*Tao-hsin: „Bitte, Meister, lehrt mich, wie ich Befreiung erlangen kann.“*

*Seng-ts’an: „Wer fesselt dich?“*

*Tao-hsin: „Da ist niemand, der mich fesselt.“*

*Seng-ts’an: „Warum suchst du dann nach Befreiung?“*

*(Shinjinmei, Die Meißelschrift S.17)*

In allen drei Legenden werden die Dialoge zwischen Meister und Schüler zur Erfahrung von Erlösung und Befreiung. Vorstellungen von Sünde, Unfrieden und Gefesseltsein lösen sich auf, das ursprüngliche, unverfälschte So-Sein bricht durch und schenkt Licht und Klarheit.

Seng-ts’an, dem ein freundliches, großzügiges und mildes Wesen nachgesagt wird, kommt also im fortgeschrittenen Alter ins Kloster des Hui-k’o und wird Mönch. Spätere Chroniken berichten, er habe seinem Meister 6 Jahre lang gedient und schließlich das Dharma-Siegel von ihm erhalten. Sowohl Hui-k’o als auch Seng-ts’an waren „Anhänger“ des Lankavatara-Sutra, einer bedeutenden Mahayana-Schrift, die in den frühen Chan-Kreisen hochgeschätzt wurde. Bei der Dharma-Übertragung überreichte Hui-k’o seinem Schüler dieses Sutra mit den Worten:

*„Den Dharma, den ich selbst überkommen habe, gebe ich jetzt an dich weiter. Du sollst ihn künftig weit und breit den Menschen erklären.“ (Dumoulin S.96)*

## **Das Shinjinmei des Seng-ts’an**

Auch wenn wir wenig über das Leben des Seng-ts’an wissen, so gilt seine Einreihung als Dritter der Chan-Patriarchen als unbestritten. Vielleicht kann das unter anderem auf die überragende Bedeutung der vermutlich ältesten Schrift des Zen zurück geführt werden, als deren Verfasser Seng-ts’an lange Zeit angesehen wurde, nämlich das

**„ Shinjinmei – Die Meißelschrift vom Vertrauen in den Geist“.**

Allerdings datiert die neuere Forschung die Abfassung dieses Textes auf die Zeit der T’ang-Dynastie, die vom 7. bis zum 9.Jahrhundert dauerte. Somit ist es unwahrscheinlich, dass Seng-Ts’an das Gedicht selbst verfasst hat.

Taisen Deshimaru-Roshi , der 1982 verstorbene Zenmeister und Nachfolger des berühmten Kodo Sawaki, hat das Shinjinmei übersetzt und kommentiert. Er schreibt:

*„Das Shinjinmei ist die Quelle der Koan des Rinzai-Zen; mehr als 1000 sind aus ihm entstanden. Das Werk setzt sich aus 584 Schriftzeichen zusammen...So ergeben sich 73 Verse zu je 8 Zeichen.“*

*(Shinjinmei, Verse über den Glaubensgeist, S.5)*

Allein diese Äußerung macht deutlich, wie sehr die Zenliteratur und Praxis und damit auch unser modernes, westlich geprägtes Zen der Zenlinie Leere Wolke, in der ja mit Koan gearbeitet wird, vom Shinjinmei beeinflusst ist.

Um einen Eindruck von der Sprache und Tiefgründigkeit des Shinjinmei zu vermitteln, möchte ich nachfolgend 2 ausgewählte Verse zitieren und nach meinem Verständnis kurz kommentieren.

***„Der höchste Weg ist nicht schwierig, nur ohne Wahl.“ (Vers 1)***

Wenn wir uns hinsetzen, uns sammeln und konzentrieren, dem Atem folgen und in der Stille verweilen, dann gehen wir den höchsten Weg. Wenn wir den Alltag leben und bewältigen, allein oder gemeinsam, mit Familien, Partnern und Freunden auf der Lebensreise unterwegs sind, dann ist das der höchste Weg. Das eine ist nicht höher oder niedriger als das andere. Der höchste Weg ist ein Bild, ein Gesang auf die unergründliche Existenz in einem Universum, das über alles hinausgeht, was wir uns vorstellen können. Es ist nicht schwierig, einen bewussten Schritt zu tun. Unter allen Umständen ist es jetzt der Schritt, der Dein Lebendig-Sein bedeutet, dem Du nicht das Prädikat „gut“ oder „schlecht“ gibst. Es ist der Schritt, dein Schritt auf dem höchsten Weg, ebenso wie der folgende. Und es ist einfach so, dass es diesen höchsten Weg gar nicht gibt. Es gibt nur diesen einen Schritt und diesen einen Weg, der alles einschließt und nicht unterscheidet, trennt oder bewertet.

Seng-ts'an gibt uns in diesem ersten Vers mit auf den Weg, mutig und ohne zu zögern zu gehen, dem Leben zu vertrauen, alle Kompliziertheit abzulegen und in Wahrheit und Demut den Spuren des Geistes zu folgen. Je einfacher wir werden, umso klarer spiegeln die Dinge uns selbst und lassen uns erkennen, wie ein-fach das Eine ist.

***„Sich dem eigenen Wesen anvertrauen  
ist Vereinigung mit dem Weg,  
und die Sorgen werden zunichte,  
als schlendertest du unbekümmert umher.“ (Vers 35)***

Ein Schlüsselwort für die Zen-Praxis ist Vertrauen. Ohne diese Grundhaltung werden wir bald aufgeben oder immer wieder in Schwierigkeiten geraten. Vertrauen ermöglicht uns, den Zen-Weg ausdauernd, konsequent und zugleich entspannt zu gehen, die Begleitung einer Lehrerin/eines Lehrers in Anspruch zu nehmen, dem eigenen Körper die Anstrengung eines Sesshins zuzumuten. Auch wenn unser Vertrauen anfangs schwach sein mag, das Stille Sitzen und die ehrliche Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben werden es stärken und wachsen lassen. Damit gewinnen wir Zutrauen in unser eigenes, tiefes, unergründliches Wesen. Vertrauen lässt uns mutig sein, das Leben so zu nehmen, wie es uns widerfährt. Ängste und Sorgen verlieren ihre Macht über uns, wir erkennen sie als vorübergehende Erscheinungen. Vertrauen in den Weg ist Vertrauen in ein Leben, das letztlich auch den Tod umfängt. Und die Angst vor dem Tod, wie und wann auch immer er zu uns kommt. Ein Zitat unseres verstorbenen Meisters Willigis Jäger bringt das in wunderbarer Weise zum Ausdruck:

***„Warum sollte ich Angst haben, dass mein Schiff untergeht,  
wo doch Gott das Meer ist, in das es versinkt.“***

Jetzt leben wir! Jeder Augenblick möge ein Licht sein, das unbekümmert und heiter Dein Leben und alle Welt erleuchtet.

Das wünscht Dir von Herzen

Bruno Liesenfeld

Advent 2020

Literatur:

Shinjinmei – Die Meißelschrift vom Vertrauen in den Geist, edition steinreich

Shinjinmei – Verse über den Glaubensgeist, Werner Kristkeitz Verlag

Heinrich Dumoulin, Geschichte des Zen-Buddhismus, Bd I, Francke Verlag

# SHINJINMEI

## Die Meißelschrift vom Vertrauen in den Geist

Der Höchste Weg ist nicht schwierig, nur ohne Wahl.

Hasse nicht, liebe nicht, dann ist es klar und eindeutig.

Gibt es auch nur die kleinste Unstimmigkeit,

entsteht ein Unterschied so groß wie der zwischen Himmel und Erde.

Wenn du es vor den eigenen Augen haben möchtest,

darf weder Richtig noch Falsch existieren.

Der Kampf zwischen Verschiedenheit und Übereinstimmung

führt zur Krankheit des Geistes.

Wer das subtile Prinzip nicht kennt,

müht sich vergeblich, die Gedanken zur Ruhe zu bringen.

Es ist absolut,

Große Leere,

ohne ein Zuwenig, ohne ein Zuviel.

Wirklich, nur Ergreifen und Verwerfen

sind der Grund für Verschiedenheit.

Jage nicht den Erscheinungen nach,

und verweile nicht in der Vorstellung von Leere.

Im Einen ist der Geist in Frieden,

und Verwirrung erschöpft sich von selbst.

Willst du die Bewegung des Geistes zum Stillstand bringen,  
dann führt gerade dies zur totalen Bewegung.

Wenn du diesen beiden Extremen anhaftest,

Wie könntest du jemals das Eine verstehen.

Das Eine nicht zu durchdringen bedeutet, beides zu verfehlen.

Die Erscheinungen verbannen bedeutet

das Zunichtewerden der Erscheinungen,

sich der Leere hingeben heißt der Leere widersprechen.

Viele Worte, viele Gedanken –

Je mehr es sind, desto weniger treffen sie zu.

Sind Worte und Gedanken abgeschnitten,

dann gibt es keinen Ort, der nicht durchdrungen ist.

Kehrst du zum Ursprung zurück, so erlangst du das Prinzip;

Folgst du den Widerspiegelungen, so verlierst du die Essenz.

Ein Moment des Zurückkehrens von den Widerspiegelungen

übertrifft sogar das Reich der Leere.

Der Wandel des Reichs der Leere erscheint abhängig von Täuschungen.

Du brauchst nicht nach der Wahrheit zu suchen

Lass nur unbedingt ab von Überlegungen.

Verweile nicht in dualistischen Anschauungen,

vermeide es absolut, ihnen zu folgen.

Existieren Richtig und Falsch auch nur ein wenig,  
dann verliert sich der Geist in Verwirrung.  
Zwei existiert abhängig vom Einen,  
aber du darfst auch nicht bei dem Einen verharren.

Wenn sich kein Geist erhebt,  
sind die Zehntausend Erscheinungen ohne Fehler.

Keine Fehler, keine Erscheinungen –  
Nicht-Erheben, Nicht-Geist.

Das Subjekt folgt dem Objekt und vergeht;  
das Objekt folgt dem Subjekt und verschmilzt.

Das Objekt ist abhängig vom Subjekt ein Objekt.

Das Subjekt ist abhängig vom Objekt ein Subjekt.

Wer diese beiden Aspekte verstehen möchte, muss wissen,  
dass beides ursprünglich eine Leere ist.

Die eine Leere ist gleichzeitig beides  
Und enthält alle Zehntausend Erscheinungen.

Es gibt weder Feines noch Grobes;

Warum sollte es einseitige Anschauung geben?

Der große Weg an sich ist ruhig und weit –

Weder leicht noch schwer.

Kleinliches Denken führt zu Zweifel und Zaudern;

je mehr du eilst, desto mehr bleibst du zurück.

Anhaften bedeutet die Angemessenheit zu verlieren  
und auf Nebenwege zu geraten.

Loslassen ist Natürlichkeit; Soheit ist ohne Gehen und Bleiben.

Sich dem eigenen Wesen anvertrauen  
ist Vereinigung mit dem Weg,  
und die Sorgen werden zunichte,  
als schlendertest du unbekümmert umher.

Wenn sich Gedanken fortsetzen,  
widerspricht das der Wahrheit,  
du versinkst in Dummheit und bist unfrei.

Unfreiheit ermüdet den Geist;  
wozu über Entfernung und Nähe nachdenken?

Willst du das eine Fahrzeug erlangen,  
dann darfst du keinen Widerwillen gegen die sechs Arten des Staubs hegen.  
Gegenüber den sechs Arten des Staubs keinen Widerwillen hegen,  
gerade das entspricht der vollkommenen Erleuchtung.

Der Weise tut nicht, ein Dummkopf fesselt sich selbst.

Im Dharma gibt es keine Unterschiede,  
willkürlich haftest du selbst an den Dingen.

Mit dem Geist den Geist anwenden –  
ist das nicht ein großer Fehler?

Irrtum erzeugt Ruhe und Chaos;  
Erleuchtung ist ohne Zuneigung und Abneigung.  
Alle dualistischen Anschauungen beruhen  
auf willkürlichen eigenen Erwägungen.

Ein flüchtiger Traum, ein Augenflimmern –  
warum sich erschöpfen in dem Versuch, diese zu erfassen.  
Erlangen, verlieren, richtig, falsch –  
lass all das mit einem Mal fahren.

Wenn das Auge nicht schläft,  
vergehen die verschiedenen Träume von selbst.  
Wenn der Geist keine Unterscheidung trifft,  
sind die Zehntausend Erscheinungen Wie-Eins.  
Wie-Eins an sich ist unergründlich,  
unverrückbar und frei von Verwicklungen.  
Betrachtest du die Zehntausend Erscheinungen gleich,  
dann kehrst du zurück zum Natürlichen.  
Sind die Ursachen vergangen, dann gibt es keine Vergleiche mehr.

Wird Bewegung angehalten, so entsteht Nicht-Bewegung;  
wird Ruhe bewegt, so entsteht Unruhe.  
Wenn beides schon nicht existiert, wie könnte es dann das Eine geben?

Letztendlich gibt es keine Bestimmungen.

Übereinstimmender Geist ist Gleichheit,

alle künstlichen Handlungen vergehen zusammen.

Zaudern und Zögern vollkommen erschöpft,

das wahre Vertrauen ist harmonisch und direkt.

Nichts bleibt zurück, keine Erinnerungen.

Reine Klarheit erstrahlt natürlich, ohne Anwendung der Geisteskraft.

Der Ort des Nicht-Erwägens ist mit Wissen oder Gefühl nicht zu ergründen.

Im Reich der Wahrheit an sich gibt es weder andere noch ein Selbst.

Möchtest du sofortige Übereinstimmung, so sage ich nur Nicht-Zwei.

Nicht-Zwei, alles ist gleich – es gibt nichts, was nicht enthalten ist.

Die Weisen aus den Zehn Richtungen treten alle in diese Wahrheit ein.

In der Wahrheit gibt es weder Verkürzung noch Verlängerung,

ein Gedankenmoment ist zehntausend Jahre.

Es gibt weder Sein noch Nichtsein,

nur die Zehn Richtungen vor unseren Augen.

Das Kleinste ist dem Größten gleich;

die Grenzen zwischen den Welten verschwinden.

Das Größte ist dem Kleinsten gleich;

es gibt keine festen Grenzen.

Sein ist gleich Nicht-Sein, Nicht-Sein ist gleich Sein.

Wenn etwas nicht Soheit ist, brauchst du es nicht zu bewahren.

Eins ist Alles, Alles ist Eins.

Kannst du es auf diese Weise vollbringen,

warum dich dann noch um Unvollendetes sorgen.

Vertrauen in den Geist ist Nicht-Zwei, Nicht-Zwei ist Vertrauen in den Geist.

Der Weg der Worte ist zu Ende – keine Vergangenheit, Zukunft und Gegenwart.

Quelle: Shinjinmei – Die Meißelschrift vom Vertrauen in den Geist

Mit Erläuterungen von Soko Morinaga Roshi

Herausgegeben und übersetzt von Ursula Jarand

edition steinreich 2019

