

Das Sutra des Herz-Geistes / Prajnaparamita-Sutra

Kurzkommentar von Zenmeister Marcel Geisser, Haus Tao

Das sogenannte Herz-Sutra gehört wohl zu den am meisten kommentierten Sutren überhaupt. Es ist eine Essenz der umfangreichen Prajnaparamita-Literatur, die weitgehend auf den genialen Geist von Nagarjuna zurückgeht und damit ins 2. Jahrhundert zurückreicht. Dass Nagarjuna selber der Autor des Herz-Sutras ist, ist eher unwahrscheinlich. Möglicherweise ist es ein Produkt mehrerer Personen.

Wir können uns dem Text auf die unterschiedlichsten Arten nähern. Eines bleibt dabei jedoch zentral: Ohne die Klarheit des Geistes, die das Resultat einer meditativen Haltung ist, werden wir uns an der Oberfläche widersprüchlicher Worte und Aussagen verfangen.

Eine Möglichkeit, uns dem Sutra zu nähern, ist die, dass wir, wie ein Künstler, eins werden mit dem vorgetragenen Lied, dem gemalten Bild: Wir betrachten das Sutra als eine Theaterszene, die eine vorgetragene und verborgene Aussage hat – und werden eins damit.

Die Einleitung des Sutra ist eine Art Kulisse, der Raum und die Umgebung, in der sich das Ganze abspielt:

Da ist zum einen die Hauptdarstellerin oder der Hauptdarsteller. Die verschiedenen Kulturen sind sich bezüglich des Geschlechtes nicht einig. Die einen bevorzugen Bodhisattva Avalokiteshvara, mit vier oder gar 1000 Armen und Händen. Andere bevorzugen eine weibliche Gestalt, Quan Yin oder Kannon oder – wie wir sie im Haus Tao beim Kosenamen nennen – Avalokita. Verschiedene Kulturen konnten sich geliebtes Mitgefühl und Liebe leichter in weiblicher Form, andere in männlicher Form vorstellen.

Die zweite Person ist Shariputra. Der Autor des Sutras hat damit die Nebenrolle einem der beiden Hauptschüler des Buddha gegeben, demjenigen mit der grössten Weisheitskraft.

Avalokita verweilt in vollkommener Geistesruhe und Weisheit und sieht klar, wie die Dinge sich verhalten: Lebende Wesen sind einer Illusion bezüglich ihrer eigenen Natur verfallen und erschaffen sich dadurch eine Welt unzähliger Probleme, für sich selbst wie für andere. Avalokita ist tief berührt und sieht dieses Leid. Deshalb wendet sie sich an Shariputra:

„Höre, Shariputra!“ Sie sagt nicht: „Lass uns noch kurz das Sutra herunterleiern, es tönt halt so gut!“. Nein, es ist ein Aufruf an Shariputras Aufmerksamkeit und tiefstes Verstehen! Avalokita kommt sogleich auf den Punkt und spricht die vielzitierten Worte: „Form ist Leerheit, Leerheit ist Form“.

Wenn wir uns mit der Lehre des Buddha beschäftigen, beginnen wir bald einmal zumindest theoretisch zu verstehen, dass die Dinge und wir selbst nicht so fest und bleibend sind, wie wir bisher angenommen haben. Alles ist in Bewegung, nirgends

kann sich etwas für ewig festsetzen. Die Idee von unserem festen Selbst hat sich im Laufe unserer Entwicklung eingeschlichen und wir halten hartnäckig daran fest. Auch wenn dadurch aus einem freundlich-beschreibenden Theaterstück langsam aber sicher eine Tragödie wird: Wir beginnen zu erkennen, dass all das Festhalten an den uns lieb gewordenen Dingen ganz schön leidvoll ist. Wir lassen da und dort zwar los und können aufatmen. Aber an der Idee des Selbst scheitern wir meist, weil es für unsere Identität zum Wichtigsten überhaupt geworden ist. Es setzt sich wie ein Haus aus bekannten Bausteinen zusammen: unsere Familie, Freunde, Glaubensvorstellungen, Nationalität, Geschlecht usw. Hier hört die Theorie auf. Hier geht es ans Eingemachte! Avalokita gibt uns also eine Art Überprüfung unseres Verstehens in die Hand: Woran scheiterst du, weil du nicht wirklich loslassen kannst?

Offenbar ist die Aussage von Avalokita „Form ist leer“ nicht genug. Nein, sie doppelt nach und sagt: „Leerheit ist gleichzeitig auch Form!“. Damit fordert sie von uns jedoch kein unmenschliches Opfer, wie dies bisweilen und sehr leidvoll missverstanden wurde: „Wenn doch alles leer ist, so kannst du auch in den heiligen Krieg ziehen, denn da ist niemand, der leidet oder stirbt!“ Das wäre nicht Avalokita! Sie ist der Innbegriff der Liebe und des tatkräftigen Mitgefühls. Sie hat sich nicht in einem absurden Leerheitsbegriff verloren, sondern sie sieht und hört die Wesen in ihrer relativen Welt, ohne den Blick zur grösseren Sicht zu verlieren. Sie macht uns nicht zu mitleidlosen Monstern, sondern zu angstfreieren Menschen. Wenn wir verstanden haben, dass Leerheit sich in allen Formen zeigt, so brauchen wir nicht „jemand“ zu werden. Auch kein „guter Buddhist“. Aber wir haben auch keine Angst mehr, uns Buddhist zu nennen, denn wir wissen, dass auch dies nur Begriffe und Konzepte sind, wie beim Backen eines Kuchens: da ist der Teig und da sind Früchte. Nein, nicht einfach Früchte, es sind entweder Äpfel oder Kirschen oder Aprikosen. Wir machen von ihnen Gebrauch, ohne uns an den Konzepten allzusehr zu ereifern!

Gleich einer geheimen Formel ruft Avalokita Shariputra und damit uns zu: „Geh doch darüber hinaus, über dieses Anhaften an den Konzepten (auch an denen, die dir besonders lieb sind), an der Idee des festen Selbst, an dem ganzen dualistischen Denken! Und wenn du schon auf diesem Weg bist, dann geh ganz und mit allen zusammen. „Sam“ heisst „ganz und gar“, auch „zusammen“, „alles mit einbeziehend“, oder auch „richtig“. Komm, mach es ganz und recht! Parasamgate! Du wirst es nicht bereuen! Bodhi svaha! Sei es zum Wohle aller!“