„Alles bekommt Sinn" – es gab und gibt Menschen, die das sagen konnten. „Wenn alles Sinn hat, wie kannst du anders leben als ein Ja." Als ein Ja leben, in allem Sinn erkennen, das ist Identität, das ist sich-selbst-ganz-haben, sich-selbst-ganz-sein, um in Freiheit sich selbst ganz geben zu können.

Ein solches Ja hat nur *ein* Mensch voll und ganz und rückhaltlos gelebt – auch in der Sinnlosigkeit des Todes: der Gott-Mensch Jesus Christus. „Alle Verheißungen Gottes sind zum Ja geworden in ihm; darum erklingt auch durch ihn unser Ja, Gott zum Preis" (2 Kor 1, 20). In Ihm fielen das Ja Gottes zum Menschen und das Ja des Menschen zu Gott zusammen.

Marcella Welte OSB

LITERATURBERICHT

Dialog mit der östlichen Meditation

Wenn das Gespräch um die Meditation sich weder verhärten noch in Belanglosigkeiten verlaufen soll, müssen Quellenschriften und Originalerfahrungen unserer Tage miteinbezogen werden. Die Schrift eines tibetischen Abtes (Tschögyam Trungpa: „Aktive Meditation", Olten 1972) bietet sich als vorzüglicher Gesprächspartner an; sie verbindet sympathische Bescheidenheit mit offensichtlicher Erfahrung, unaufdringliche Kürze mit jener gedanklichen Klarheit, die es auch dem Anders-Empfindenden möglich macht, die Welt der östlichen Meditation mitzuerleben. Wir versuchen, möglichst genau und mit vielfältigen Zitaten einen Eindruck von diesem aufschlußreichen Buch zu vermitteln.

I. Buddhistische Erfahrung

Der Verfasser wird als „Höchster Abt der Surmangklöster" vorgestellt. Knapp ein Jahr alt, wurde er 1940 in diese Würde eingesetzt. 1959 floh er vor den chinesischen Übergriffen und lebt jetzt in England; sein Buch „Ich komme aus Tibet" erschien 1970 in deutscher Sprache.

Der Buddhismus des Abtes gehört wie das chinesische und japanische Zen zur Richtung des „Mahāyāna", des „Großen Fahrzeugs". Buddha ist – gegenüber dem ursprünglicheren, südlichen „Hīnayāna"-Buddhismus – zum allgemeinen Heilsprinzip geworden; die elitäre, auf unanschauliche, innere Vorgänge konzentrierte kult- und hierarchie-lose Mönchsreligion wird auf eine breite, allgemeine Basis gestellt. In vorliegenden „Reden über verschiedene Aspekte der grundlegenden Lehren des Buddhismus" werden vielleicht auch Einflüsse des integralen Yoga von Aurobindo sichtbar.

Doch die befremdlichen Züge vieler ähnlicher Bücher fehlen. Das Lesen fällt auch demjenigen leicht, der sich zum erstenmal in diese Welt hineinbegibt. Allerdings sollte er sich hüten, vorschnell eigene, „westliche" Begrifflichkeiten hineinzutragen. Eine oberflächliche Deutung liegt leider schon in dem falsch übersetzten Titel. „Meditation in action" kommt – wie das ganze Buch beweist – dem christlichen „Contemplativus in actione" nahe, also „meditierend in der Alltagstätigkeit". Das Buch möchte zeigen, daß man die Meditation nicht abseits in Mönchsklöstern und Trainingskursen suchen soll. Natürlich ist so etwas von Nutzen. „Aber man soll jeden Fluchtversuch vermeiden. . . . Man sollte nicht die Umgebung, nicht die Menschen und nicht äußere Bedingungen verantwortlich machen, sondern einfach hineingehen, versuchen zu beobachten und nichts ändern wollen . . . Es geht also darum, den Augenblick nicht abzulehnen, sondern in jeder Lage auszunützen, ihn anzunehmen und ihm Achtung zu zollen" (115).

Dies macht schon die erste Rede, „Leben und Beispiele des Buddha", deutlich: Ohne gewaltsame Aufbrüche, ohne Kampf gegen irgend etwas „jede Situation, die sich (bietet), unmittelbar aufgreifen" (23). Auch vor dem Verkehrslärm läuft der wahre Meditierende nicht weg. „Wir müssen in ihn hineingehen und nichts von außen erwarten, so wie es Buddha tat. Wir müssen jede Situation annehmen, wie sie auch sein mag" (25).

Man sollte nicht unterscheiden zwischen Geistlich–Weltlich, Gut–Bös, Tun–Besinnung, sondern alles, was man selbst ist und was man erfährt, wie den „Dünger der Erfahrung" auf das „Feld von Bodhi", von „Erleuchtung", in die eigene Meditation fahren (26). Ganz gleich, ob einer „Gewohnheitstrinker oder -verbrecher (ist), dieses Wesen . . . ist seine Möglichkeit" (30). Andere mögen solche Eigenschaften für ein Hindernis auf dem Weg zum eigenen Wesen halten. „Ein Hindernis braucht aber nicht aufzuhalten. Es kann zugleich Fahrzeug sein" (33). Man muß es nur benutzen. „Die wissenden Bodhisattvas . . . werfen nicht Begierde, Leidenschaften und anderes fort, sondern sammeln sie zunächst . . . Wenn aber die Zeit reif ist und (der Bodhisattva) alle diese Vorstellungen und negativen Dinge erforscht hat, dann behält er sie nicht mehr, sondern benutzt sie als Dünger. So entsteht aus diesen unsauberen Dingen der Samen, der die geistige Erfahrung ist" (34).

Der Versuch, gegen das „Böse" in sich und um sich herum anzugehen, würde einen nur noch enger in die Verhängnisse der Zeit verknoten. Meditation aber geht ohne Wertung hinein und schaut einfach an; selbst Furcht und Todesangst sind ruhig zu betrachten. Zu Beginn sieht das aus wie Theorie – ohne Aggression und ohne Affektion anschauen –; aber es wird immer mehr zur inneren Kraft; das Schauen wird zur Haltung, die Haltung wird zum „Selbst". „Man ist bereit für das Erlebnis. Und dies hat schon begonnen" (44). Es geschieht Selbstfindung; und diese selbst ist schon das „Selbst". Das Sich-Auflösen der bedrängenden Erscheinungswelt ist in sich selbst das meditative Selbstwerden.

Einen Lehrer im eigentlichen Sinn gibt es nicht. Jeder ist sich selbst „sein eigener bester, vertrautester Freund, sein engster Begleiter" (39); er „wird niemals irgend etwas von einem anderen erwarten . . ., weil er weiß, wie man in seiner Mitte sein

kann und weil er die Mitte *ist*" (76). Aber auch von diesem Wissen um das Wissen muß er sich lösen. Deshalb „mußt du einen anderen bitten, daß er dir etwas gibt, damit du das Gefühl hast, etwas zu bekommen ... Er gibt es dir, obgleich in Wirklichkeit die Übertragung nicht etwas dir Geschenktes ist ... Dies ist ein großer Schutz gegen das Ich" (46 f.). Es gibt keine Unterweisung von außen, es gibt nur den „Meister in uns" (Dürckheim).

Der Nicht-Erfahrene fragt aber, worum es eigentlich gehe. Zwei Kapitel (Großzügigkeit, Geduld) geben zwar keine Antwort – das würde fixieren, statt durchsichtig zu machen – aber eine Situierung. „Großzügigkeit" meint keine Tugend, kein Erbarmen, keine Menschenfreundlichkeit. „Die Dinge geschehen einfach, und er gleitet durch sie hindurch, so daß eine ununterbrochene Schöpferkraft in ihm lebendig bleibt" (56). Der Bodhisattva „handelt ganz einfach in Entsprechungen zum wirklichen gegenwärtigen Augenblick ... Die verschiedensten Arten schöpferischer Impulse erwachen ganz einfach in ihm und sind in irgendeiner Weise genau das Richtige für diesen besonderen Augenblick" (56). In diesen fließenden Strom eingetaucht, wird „die Bereitschaft, die eigene Erfahrung mit anderen zu teilen" (64), zur schlichten Gegenwart, aber nicht zur tugendhaften Leistung.

Meditation ist der innere Grund dieser Haltung. Tschögyam Trungpa unterscheidet eine „introvertierte" (80), die auf Verehrung und Hingabe an ein höheres Wesen geht, und eine „extravertierte" (!) Meditation. Diese „bezieht sich auf den Versuch, das zu sehen, was wirklich *ist*" (82). „Bei solcher Art ... spielt die Vorstellung des *Jetzt* eine sehr wichtige Rolle ... man soll einfach ohne jeden Zweck und Ehrgeiz versuchen, das zu erkennen, was hier und jetzt ist. Man soll des gegenwärtigen Augenblicks gewahr werden" (83). Die Übung des Atems ist wichtigstes Mittel. „Denn jede Atmung ist einzigartig, ist Ausdruck des *Jetzt*. Jeder Atemzug ist vom nächsten getrennt und kann genau beobachtet und empfunden werden" (83). Er steht in sich, im gegenwärtigen Augenblick; man geht in ihn ein, ohne daß dies krampfhafte Konzentration wird. Das Ich löst sich dabei auf wie eine Luftblase. Die Abwehrmechanismen nach außen, böse Erinnerungen oder Furcht und Hoffnung vor der Zukunft zerplatzen. Das, sich abschirmende Ich ist „in Wirklichkeit ... eine Täuschung" (88). Es muß gar nicht absichtlich zerstört werden, sondern fällt – wie die Luftblase – in sich zusammen. Meditation wird zum „Aufgehen in der Wirklichkeit" (97).

Ein kurzes Kapitel faßt nochmals zusammen: „Weisheit", tibetisch „Sherab": gemeint ist „das Erkennen der Situation, Einsicht eher als tatsächliches Wissen. Es ist ein Wissen ohne ein Selbst, ohne das ichzentrierte Bewußtsein, daß man etwas weiß, was mit dem Ego verbunden ist" (106). Die darin ruhende Meditation „sollte ohne Erwartung geübt werden, ohne Urteil und ohne Beschäftigung mit dem Zukunftsgedanken" (120). Am Anfang stehen Techniken wie das analytische Hindurchschauen durch alles Begegnende und „das Beobachten des Atems". „Mit Hilfe der Technik erlangt man den Zugang zur eigentlichen Wirklichkeit, eine Art Gefühl der Einswerdung mit dem gegenwärtigen Augenblick" (122).

II. Gesprächsansätze

Der Dialog mit dieser Erfahrung sollte auf klinisch-psychologischer Ebene ansetzen. Daß er nur auf dem Boden der eigenen Erfahrung geführt wird, sollte man sich gegenseitig nicht absprechen. Doch wo anders als im Aussprechen – und sei es in der Sprache der Gesten oder des gegenseitigen Anschauens – lassen sich Erfahrungen austauschen. Man weiß längst und hat es vielfältig untersucht, daß Erfahrungsqualitäten, Erlebnisinhalte aufgelöst und bewältigt werden mittels „Erinnern, Wiederholen und Durcharbeiten" (gleichnamiger Aufsatz von S. Freud, 1914). Ein Fachmann sollte von solchen, empirisch-medizinisch untersuchten Phänomenen her die östliche Erfahrung beleuchten. Sie verlöre viel von ihrem pseudoreligiösen Nimbus und bekäme zugleich einen Ort in der überaus notwendigen Psycho-Hygiene des modernen Menschen, besonders auch der Menschen, die durch eine falsch verstandene und auch falsch gelehrte christliche Askese in verkrampften Haltungen gefangen sind.

Die Meditation würde auch gegen gefährliche Nebenerscheinungen der begrüßenswerten Sehnsucht nach Selbstfindung abgesichert. Man muß dabei gar nicht auf den Ausweg in die Bewußtseinserweiterung durch Drogen hinweisen. Leider kommt es zu häufig vor, daß bei labilen Teilnehmern von Meditationsübungen ein unbewältigtes Innenleben aufbricht und sogar psychiatrisch behandelt werden muß. Was nottut, sind geschulte Leiter. Zu fragen wäre, ob die Weitergabe der strengen Leer-Meditation an ein übergroßes Publikum und der Ausfall einer persönlichen, über lange Zeit sich erstreckenden Führung zu verantworten ist. Zu fragen wäre auch, ob nicht in der Meditation von Werten, von personaler Begegnung und in meditativer Bewegungs- und Musik-Erfahrung die Gefahren verringert werden und zugleich die Brücke zur christlichen Meditation geschlagen wird, Erweiterungen, die vom Osten angestoßen (Blumenstecken, Bogenschießen) in die meisten christlichen Übungen „im Stil des Zen" mithineingenommen werden.

Die jahrtausendealte östliche Meditationserfahrung muß zuerst positiv aufgenommen werden. Ein Zitat aus I. H. Schultz, „Das autogene Training" (1970, 87) kann eine der Berührungsstellen mit klinischen Erfahrungen aufzeigen. Die Versuchspersonen geben dort – ganz in Übereinstimmung mit der Erfahrung unseres Abtes – an: „jetzt bin ich ganz Atmung; es ist schwer zu beschreiben, ich fühle mich als schwere, ruhige, warme Masse liegen, es ist, als wäre mein Atmen mystische Kraft geworden, die den Kosmos hebt und senkt ... es ist gleichsam das Atmen der Welt, das mich hebt und senkt." Die Erfahrungen überschneiden sich; auch deren heilende Wirkung. So neu ist – außer dem exotischen Kleid – die östliche Meditationsweise nicht.

Solchen klinisch-medizinischen Beobachtungen wird vorgeworfen, daß sie auf der Ebene des Trainings und der Technik stehenbleiben, statt die Erfahrung ganzmenschlich zu integrieren. Wie es sich damit verhalten mag, vorliegendes Büchlein kann Wege zeigen, die psychologische Basis anthropologisch zu erweitern. Im Gegensatz zum Zen, das in seiner elitär-mönchischen Einstellung dem

„Hīnayāna"-Buddhismus nähersteht als dem eigenen Ursprung, gibt es für Tschögyam Trungpa „keine ungeeigneten Schüler", da „die Buddha-Natur alle Wesen durchdringt" (29). Auch der Einfluß des Tantrismus, der über die Grenzen von Gut und Böse hinweg alles einbezieht in die „Wege zur Realisierung der höchsten Wahrheit" (M. Eliade), macht sich wohltuend bemerkbar. Die ganzheitliche Sicht, daß alles – eben auch die Aktivität – durchlässig ist zur Erfahrung, steht neben der christlichen Weisheit, „Gott in allen Dingen zu finden" (Meister Eckhart, Ignatius v. Loyola).

Doch der Unterschied wird ebenso deutlich: Gut und Böse sind für den Christen nicht gleichzuordnen. Noch klarer zeigt sich die Differenz in der Rolle des „Guru". In der östlichen Methode – unser Abt betont gerade hier die Übereinstimmung zum Meister-Schüler-Verhältnis im Zen (52 f.) – gibt es kein wahres Gespräch, keinen wirklichen Dialog. Der „Lehrer" ist nur Katalysator der Selbstfindung; in alter aszetischer Sprache hieße das: – ist nur Mittel zur Selbstverdemütigung. Aber hinter der östlichen Erfahrung, so wie sie sympathisch und nachvollziehbar in unserer Vorlage dargestellt wird, steht das Bewußtsein, daß ein Mensch grundsätzlich nichts hinzulernen, nichts von außen her annehmen, nichts von einem andern Menschen erhalten kann. „Erlösung" ist Findung des eigenen Wesens, niemals aber Erfahrung der Gnade Gottes und Jesu Christi. Der Dialog würde zum Monolog mit dem eigenen Selbst.

Man darf die östliche Erfahrung nicht ohne weiteres in das christliche Denken hineinpressen. Aber der nähme sie nicht ernst, der nicht Grenzen abstecken und Unterscheidungen treffen würde. Eine so technische Wissenschaft wie die Informationstheorie kann zum Verständnis verhelfen. Sie lehrt, daß jede echte Information eine – sogar mathematisch zu umschreibende – Mischung von Bekanntem und Unbekanntem, Eigenem und Fremdem ist. Stammt nun das „Neu-Erfahrene" nur als etwas „Alt-Bekanntes, und vom Oberflächen-Ich Verdeckten" aus dem eigenen tiefen Selbst, oder ist es tatsächlich etwas „Neues"? Trifft das erstere zu, dann wird jede Erfahrung, jedes Lernen, jede Meditation zum Hineinsinken in die alte eigene Erfahrung, in das „Selbst"; und dieses „Selbst" ist in Wirklichkeit nur ein einziges für alle Menschen: die eine Wahrheit, die gemeinsame Buddha-Natur. Die Konturen lösen sich auf. „Die Dinge geschehen einfach, und er gleitet durch sie hindurch, so daß eine ununterbrochene Schöpferkraft in ihm lebendig bleibt ... Es gibt hier keinen Strahler, nur das Strahlen. Wenn es aber nur dieses Strahlen gibt ... kann es weiter und weiter wärmen, ohne daß sich die Energie jemals aufbraucht. Sie wird immer von neuem umgewandelt und verändert sich durch unaufhörliches Strahlen in etwas anderes, in eine neue schöpferische Aktivität. So geht es ununterbrochen weiter und weiter ... Der Bodhisattva ist *seiner selbst* nicht wirklich gewahr" (56 f.); denn dieses „Selbst" ist nicht mehr er, es ist das Buddha-Wesen.

Dialogische Bezüge haben darin keinen Bestand. Liebe, Verantwortung, Sorge werden zu Spiegelungen auf der „Luftblase" des Ego. Abneigung und Zuneigung sind Irrtümer. „Denn jede Art gefühlsmäßiger Erregung verblendet" (13). Gut und Böse sind gleichwertiger „Dünger" für die eigene Selbstfindung. „Ich möchte

wiederholen, daß der Bodhisattva nicht handelt, um tugendhaft zu sein oder um Sünde und Übel zu überwinden. Seine Gedanken beschäftigen sich nicht damit, ob sie auf der Seite des Guten oder Bösen stehen" (57).

Diese Erfahrung läßt die Welt zeit- und zukunfts-los werden: „Man soll also nicht versuchen, die Situation zu verändern, denn man kann dies in Wirklichkeit nicht" (114). Alles geht auf im „Jetzt". Besonders die Atem-Meditation öffnet sich zur Gegenwart: „denn jede Atmung ist einzigartig, ist Ausdruck des *Jetzt*" (83).

Tschögyam Trungpa selbst bringt die religiöse Frage ins Gespräch: „Aus eigener Erfahrung – aber mein Wissen ist nach den Worten der Schrift ‚wie ein einziges Sandkörnchen im Ganges' – würde ich sagen, daß wir mit ‚höheren' Dingen unsere eigenen Gesichtspunkte, eine höhere Form unserer selbst meinen. Wenn wir von Gott sprechen, sind wir geneigt, in Vorstellungen unserer eigenen Gedankenwelt, nur vergrößert, in gewaltigem Ausmaß zu denken, in einer Ausweitung unserer Selbst" (17 f.). Darf man diese Einsicht nicht aufgreifen und sagen, daß auch die Vorstellung des Abtes und seine Erfahrung von der Wirklichkeit als dem einzigen Strömen, in dem alles Unterschiedene sich auflöst, eine „gewaltig-vergrößerte" Ausweitung seiner eigenen Gedankenwelt bedeutet?

III. Christliche Meditation

Man muß den Dialog offen lassen; die Erfahrungen beruhen vielleicht doch auf einer tieferen Gemeinsamkeit, als es die angebrachten Unterscheidungen aufmerksam machen. Die christliche Tradition kennt Parallelen, die den buddhistischen Erfahrungen bis aufs Haar ähneln. Aber gerade an ihnen hat sich die „Kunst der Unterscheidung der Geister" entwickelt. Das „dreifache Rad" – „Ich existiere nicht; das äußere Schaubild existiert nicht; der Akt der Schauung existiert nicht!" (93) – sollte weder mit der Überheblichkeit des technischen, dinghaften Denkens abgelehnt noch urteilslos als neue Seinsoffenbarung verehrt werden. Die Humanität der Erfahrung, die aus den Reden Tschögyam Trungpas hervorleuchtet, sollte das Gespräch leicht machen.

Hierzu kann auf zweierlei hingewiesen werden. P. Hacker hat in Anlehnung an U. v. Balthasar eine unbestrittene exegetische Erkenntnis aufgegriffen. Im Neuen Testament zeigt sich die christliche Tiefenerfahrung als „Geisterfahrung". Geisterfahrung aber geschieht vor allem und primär in der Gemeinde, nicht im einzelnen. In der Schrift „finden wir beispielsweise, daß Christus etwa sechzigmal ‚*Unser* Herr' genannt wird ... dagegen kommt nur viermal das ‚*Mein* Herr' vor ..." Ein Indiz, daß die biblische Christuserfahrung zuerst eine gemeinsame, eine kirchliche ist, also eine, die im Dialog zwischen Menschen, im Hören auf das Kerygma, in der zwischenmenschlichen Liebe geschieht. Jede Eigenerfahrung kann nur von dieser tieferen und wichtigeren abhängig sein, oder auf sie hinführen; der Dialog, das Auf-jemanden-Hinhören, das bei unserem Abt zur Äußerlichkeit wird, ist im Christentum innerstes Moment der Tiefenerfahrung.

Damit hängt das zweite zusammen: Trinitarische Gottes-Begegnung ist den meisten von uns fremd geworden. Aber Hl. Schrift wie Väter lassen vermuten, daß gerade auf der Erfahrungsbasis des trinitarischen Dogmas die Weisheit des Ostens ihren Platz hat. Man gelangte nämlich in den ersten Jahrhunderten der christlichen Frömmigkeit zur Dreifaltigkeitslehre, weil man erfuhr: Gott ist anwesend als Gegenüber und zugleich als eigenes Innenleben; Gotteserlebnis ist ein ‚jetzt', in dem sich das ‚ich' geborgen fühlt, und zugleich ein ‚noch-nicht', dem der Mensch entgegengeht. Diese Doppel-Einserfahrung Gottes, die eng mit der dialogischen Situation des Menschen zusammenhängt, findet im christlichen Dogma ihre religiöse Begründung und Bestätigung. Dreifaltigkeit heißt: Gott ist zugleich ein einziger wie auch ein ständiges Gespräch. Gott hat den Menschen mit Jesus Christus in dieses Gespräch einbezogen; deshalb begegnet er dem Menschen zugleich als Gegenüber, das den Menschen anspricht, wie als Identität des eigenen Erlebens, woraus der Mench diesem Anspruch antwortet. Gott begegnet zugleich als der „Geist", der hier und jetzt in uns seufzt (Paulus) nach der endgültigen Vollendung, die nicht aus dem Menschen aufsteigt, sondern die Gott aus seiner unerreichbaren Überlegenheit uns schenkt. Die Dreifaltigkeitslehre hat diese christliche Grunderfahrung zur Klarheit des Dogmas erhoben.

Ist nicht dies der Ausgangs- und End-Punkt für ein Gespräch mit der östlichen Weisheit?

Darf der christliche Dialog mit einem Autor wie Tschögyam Trungpa weniger tief ansetzen als in dieser christlichen Grundwahrheit? Und müßte der Dialog mit ihm nicht dazu führen, daß diese Grundwahrheit auch eine Grunderfahrung der christlichen Meditation wird?

Josef Sudbrack SJ

BUCHBESPRECHUNGEN

Jesus Christus

Rahner, Karl; Thüsing, Wilhelm: Christologie – systematisch und exegetisch. Arbeitsgrundlagen für eine interdisziplinäre Vorlesung (Quaestiones Disputatae, Bd. 55). Freiburg, Herder 1972. 315 S., kart. DM 34,–.

Endlich wieder einmal eine wirkliche „quaestio disputata", also eine Fragestellung, die zur Diskussion angeboten und auch zubereitet wird! Sie verlangt echte Auseinandersetzung – aber die harte Arbeit lohnt sich. K. Rahner entwickelt in konzentrierter Form eine „transzendentale Christologie" (16–71) und W. Thüsing eröffnet in steter Konfrontation dazu „Neutestamentliche Zugangswege zu einer transzendental-dialogischen Christologie" (79–303).

Es ist unmöglich, die Vielzahl der angeschlagenen Themen auch nur anzureißen; noch unmöglicher aber, sie einigermaßen zu würdigen: Kirche; Rolle der Hl. Schrift;