

Einssein mit dem Dao

Diskussion mit Klemens J. P. Speer und Sasa Krauter

In einem Gespräch mit Klemens Speer kam die Idee auf, verschiedene Perspektiven auf das »Einssein mit dem Dao« zu sammeln und gegenüberzustellen. In vielen Richtungen im Qigong und im Taijiquan gilt dieser Zustand quasi als Ziel, ohne dass Einigkeit darüber herrschen würde, was damit eigentlich gemeint ist. Und wie auch, da es ja bekanntlich schon unmöglich ist, das Dao in Worte zu fassen. Daher möchten wir hier verschiedene Auffassungen präsentieren und zur Diskussion stellen. Den Anfang macht Klemens selbst mit seinen Gedanken zum Erwachen zum Einssein mit dem Dao, die auf seiner Erfahrung mit Taijiquan, Qigong, Zen und daoistischer Meditation gründen. Sasa Krauter beschreibt ihr Verständnis aus ihrer persönlichen Erfahrung im Chen-Stil Taijiquan heraus. Wir freuen uns über weitere Beiträge zu diesem Thema.

ABSTRACT

Oneness with the Dao

Discussion with Klemens J. P. Speer and Sasa Krauter

In a conversation with Klemens Speer the idea arose of compiling and comparing different perspectives on »oneness with the Dao«. This state is viewed as something of a goal in many schools of Qigong and Taijiquan – although there is little agreement on what this actually means. And how could there be, since it's said that even expressing the Dao in words is impossible. So we'd like to present various views here and open them up to discussion. We start with Klemens himself with his thoughts on awakening to oneness with the Dao, based on his experience with Taijiquan, Qigong, Zen and Daoist meditation. Sasa Krauter sets out her viewpoint based on her personal experience in Chen-style Taijiquan. We look forward to receiving further contributions on this topic.

Klemens Speer: Erwachen zum Einssein im Dao – dieser Satz wird nach meiner Wahrnehmung immer wieder viel zu hoch gehängt. Wenn die Trauben zu hoch gehängt werden, dann können wir sie nicht pflücken. Selbst über eine Leiter können wir sie dann nicht mehr erreichen. Dann wird mit dem Erwachen oft auch die Qi-Wahrnehmung gleich über Bord geworfen. Das ist doch für den aufgeklärten Westler alles Humbug!

Buddha wurde der Erwachte genannt. Aber was meint Erwachen? Im Taijiquan und im Daoismus wird von Einssein mit dem Dao gesprochen. Aber was soll das bedeuten? Das Dao, wird gesagt, ist das Eine und das Alles. Aber wie kann es erfasst werden? Kann es überhaupt erfasst werden? Oder macht es mich fassungslos? Jedenfalls können wir es nicht greifen. Der rationale Verstand ist

machtlos. Er verwickelt sich mit seiner differenzierten Sprache schnell in Widersprüche. Erwachen scheint daher ein Zustand des Geistes zu sein, der jenseits des Denkens liegt. Aber welcher Zustand des Geistes kann das sein? Soll es etwa ein Traumzustand sein, den wir alle kennen? Das kann nicht sein, denn dann wären wir alle Erwachte. Ist es ein Tiefschlafzustand des Geistes? Das kann auch nicht sein, denn dann schlafen wir in der Regel tief und fest. Ist es vielleicht ein sehr gesunder Zustand des Geistes oder kann es auch ein kranker sein? Und so weiter und so weiter!

Im Zen wird gefordert, das Denken und das Ego hinter sich zu lassen. Aber das Denken definiert doch mein Menschsein. Durch Denken unterscheiden wir Menschen uns von den Tieren und Pflanzen. Wenn ich nicht denke, bin

ich dann wieder ein Tier? Nein, wenn mir mein Nicht-Denken bewusst ist, bin ich mehr als ein Tier und als ein Durchschnittsmensch. Wir gehen davon aus, dass Tiere ihren Bewusstseinszustand nicht reflektieren können und daher das Leben unbewusst wahrnehmen. Bin ich also ein erwachter Mensch, wenn es mir gelingt, das Ego und das Denken hinter mir zu lassen? Aber wem gelingt das schon als Ganzes? Unser Denken brauchen wir doch im Alltag, wenn wir uns verständigen und nachdenken wollen.

Wenn das Wort Erwachen eine angemessene Beschreibung eines sehr hohen Geisteszustandes sein soll, sind wir sprachlich schon wieder in der Dualität gefangen. Wer erwachen kann, kann auch wieder einschlafen. Wie können wir uns also dem Zustand nähern, wenn es einer ist, der einen erleuchteten Geist beschreiben kann? Oder versagt da die Sprache gänzlich?

Scheinbar ist es also ein Zustand, der mit dem rationalen Denken nicht erfasst werden kann und der über das rationale Denken hinausweist. Oder fällt er hinter das rationale Denken zurück? Denn das Ego, so sagen uns die weisen Meister und Meisterinnen, soll losgelassen werden. Das Ego ist aber vom denkenden Geist oft nicht zu trennen.

Ein Beispiel: Was passiert, wenn wir ganz wach und präsent einem spannenden Vortrag lauschen. Alle Sinne sind auf den Vortragenden gerichtet: Hören der Worte, Sehen der Körpersprache, Spüren und Riechen der Atmosphäre im Raum. Was strahlt der Redner aus? Was die Zuhörer?

Was passiert jedoch in dem Moment mit dem Zuhörer, wenn er seine Aufmerksamkeit nicht nach außen richtet, *sondern sie von außen zurückwendet auf seinen eigenen Geist*? Er wird feststellen, dass er ganz wach und präsent ist, dass es im Kopf ganz still und leer ist, dass er sich fühlt wie in einem zeitlosen und raumlosen Zustand und ganz wertfrei sehen und hören kann, was augenblicklich ist.

Denn wer ist es, der da zuhört, sieht, riecht, fühlt? Der Zuhörer kann in diesem Moment nicht gefunden werden. Da ist kein Ich, kein Ego, nur wahrnehmendes Lauschen. Der Hörende kann das Hören nicht hören. Der Sehende kann das Sehen nicht sehen. Das eigene Auge kann nicht gesehen werden. Auch im Spiegel ist es nur eine Spiegelung. Hören, der Prozess des Hörens und das Gehörte sind eins. So ist es für diesen einen Moment mit allen Sinnen. Und dann sind wir gleich wieder im Denken.

Und was passiert, wenn wir das stille Licht der Bewusstheit ganz nach innen richten? Wenn wir alle Gefühle, die auftauchen, durch die volle Gegenwärtigkeit ausgefüllt haben und wegschmelzen lassen? Dann taucht die Angst auf, die Angst vor dem großen Tod, dem Egotod. Wenn es uns dann gelingt, die Angst zu spüren und uns durch die Enge der Angst hindurch fallen zu lassen, dann zieht es uns ganz in die Tiefe des dunklen Seins. Wir werden aufgefangen und getragen von der Allverbundenheit des Universums, der Freiheit, der Liebe zum Leben, der inneren Freude und Heiterkeit, so sinngemäß Christian Meyer (Christian Meyer: Ein Kurs im wahren Loslassen – Durch das Tor des Fühlens zur inneren Freiheit, Arkana 2016). Wir erleben einen tiefen Moment von Erwachen, von Einsein mit dem Dao: Leere und Form sind eins.



Foto: Kim Susann Lühmann

Ich lade dazu ein, diese Übungen als Selbstversuch gleich auszuprobieren!

Da wir im Alltag in der Regel dieser umgekehrten Perspektive, dieser anderen Perspektive, nicht bewusst sind und dass in uns ein großer leerer, wacher und tiefer Geist schlummert, haben wir vergessen, dass es jederzeit möglich ist, für einen kleinen Moment ganz zu erwachen.

Und nun ein Rätsel: Was erfahren wir wohl, wenn wir ganz präsent dem Meeresrauschen lauschen, wenn wir die Sonne am Horizont aufgehen sehen und dahinschmelzen, wenn uns der Blick in den Sternenhimmel für einen Moment verzaubert? Warum fühlen wir uns genau in diesen Momenten so wohl, so eins



Übung in einer entspannten Sitzhaltung kann hilfreich für das Erwachen sein. Es ist jedoch nicht von einer vorgeschriebenen Körperhaltung oder Bewegung abhängig.

mit uns selbst und der Welt? Und warum ist im nächsten Augenblick dieser Zustand wieder verschwunden?

Also, wir stellen fest: Jedes Erwachen ist ein relatives Erwachen. Wenn wir mit diesem Prozess keine Übung haben, dann schlafen wir sofort wieder ein, weil uns sofort das Fühlen und das Denken wieder gefangen nehmen. Erwachen braucht also Übung. Und vollkommenes Erwachen würde dann bedeuten, diesen Geisteszustand, von dem ich eben sprach, im Leben durchgehend präsent zu haben. Und das auch, wenn wir in der Nacht schlafen. Denn sonst können wir nicht von einem vollkommenen Erwachen sprechen. Ich bezweifle jedoch, dass es aktuell Menschen auf diesem Globus gibt, die diesen Zustand dauerhaft und durchgehend verwirklicht haben.

Da schließe ich mich der Zen-Meisterin Charlotte Joco Beck an. Sie sagt sinngemäß: Erwachen oder Einssein mit dem Dao ist immer ein relativer Zustand.

Für eine Anfängerin oder einen Anfänger ist es schon sehr viel, zum Beispiel zu zehn Prozent im Leben erwacht zu sein. Es ist schon sehr viel zu bemerken, dass ich mich im Augenblick in einem verdunkelten Zustand befinde oder wieder eingeschlafen bin. Dann kann mich Übung vielleicht wieder erwachen lassen. Je schneller das bemerkt wird, je schneller ist es möglich wieder umzuschalten. Und Lehrer oder Meister, die zu 50, 60, 70 oder 80 Prozent ihres Lebens erwacht sind, befinden sich bereits in einem sehr hohen Geisteszustand. Jedoch solange sie noch im Schlaf träumen, sind sie nicht vollkommen erwacht, und vermut-

lich wird es kaum jemand je ganz sein, auch weil die Schatten unserer Persönlichkeit uns daran hindern.

Charlotte Beck schreibt in ihrem Klassiker »Zen im Alltag« (Knaur 1990), dass ihr jedenfalls in ihrem Leben kein vollkommen Erwachter begegnet wäre. Sie ist 2011 im Alter von 94 Jahren verstorben. Warum spreche ich von ihr und vom Zen? Weil Einssein mit dem Dao dasselbe meint und es im Daoismus leider nicht so klar formuliert wird. Jedenfalls habe ich dazu noch keine Textstelle gefunden. Der Standpunkt von Charlotte Beck leuchtet mir unmittelbar ein, weil er mit meiner eigenen Übungspraxis und meinem eigenen Übungsweg korrespondiert. Das Erwachen kann immer mehr vertieft werden.

Und nun können wir einen Prozente-Lehrer*innen- oder -Meister*innen-Test einführen! Ha, ha, ha! Den Geist des Weines kann man zwar testen. Mit dem erwachten Geist ist das sehr viel schwieriger. Aber viele Meister-Lehrer-Traditionen fühlen sich dazu berufen, ihre Nachfolger zu testen! Dabei wird ganz schnell deutlich, dass ein wirkliches Testen nur möglich ist, wenn Lehrer und Schüler sich sehr gut kennen. Sonst erlebt der Lehrer den Schüler immer gerade in einem verdunkelten Zustand. Vielleicht, weil Lehrer und Schüler keinen guten Draht zueinander haben. Und wenn der Draht gut ist, kann es genau umgekehrt sein. Der Lehrer erlebt den Schüler oder die Schülerin immer im erwachten Zustand und bekommt nicht mit, wenn er gerade mal wieder eingeschlafen ist. So kommt es dann dazu, dass wirklich große Meister auf einen Nachfolger verzichten, weil sie sich nicht sicher sind, oder Nachfolger ernennen, die auf ganzer Linie enttäuschen, weil sie sich getäuscht haben. Auch Meister*innen sind nur Menschen.

Klemens J. P. Speer
ist Zen-Lehrer (Willigis Jäger), Qi-
gong-Lehrer (BVTQ) und Taiji-Leh-
rer und -Ausbilder (DDQT), Diplom-
Ingenieur und Diplom-Betriebs-
wirt.
www.ost-west-spirit.de

