

# Lerneinheit

## Buddhistische Lyrik



Bildquelle: hgw

von Hans-Günter Wagner

## **Inhalt**

Inhalt .....	2
Inhaltsangabe und Zielgruppe .....	3
Curriculare Einordnung.....	4
Methoden .....	5
Lernziele (inhaltliche und methodische).....	6
Einführung in das Thema .....	7
Möglicher Unterrichtsverlauf und weitere didaktische Hinweise .....	15
Arbeitsgruppenphase.....	19
Thematische Gliederung der Arbeitsgruppen und Arbeitsaufgaben.....	20
Erwartbare Ergebnisse der Arbeitsgruppen – Lösungshinweise .....	24
Weitergehende Themen.....	32
Arbeitsblätter .....	37
Arbeitsgruppe I.....	38
Arbeitsgruppe II.....	44
Arbeitsgruppe III.....	52
Arbeitsgruppe IV .....	59

## Inhaltsangabe und Zielgruppe

Die Lerneinheit (1-2x 90 Minuten) wendet sich an Schüler(innen) der Oberstufe und kann in Fächern wie Religion, Deutsch oder Ethik/Praktische Philosophie eingesetzt werden. Die Schüler(innen) lernen etwas über:

- a) verschiedene formale Ausdrucksformen buddhistischer Lyrik
- b) die thematische Bandbreite der buddhistischen Lyrik
- c) die Funktion von Metaphern zum Ausdruck innerer Erfahrung in der buddhistischen Lyrik
- c) die Kōan-Praxis als Mittel zur Generierung intuitiver Erfahrung im Rahmen der chan- bzw. zenbuddhistischen Übung
- d) und schließlich machen sie Übungen, um selbst Haikus zu verfassen.

Die Lerneinheit ist in Form eines Menüs konzipiert, das heißt, die Lehrkraft kann sowohl alle vorbereiteten Teile mit der gesamten Lerngruppe bearbeiten oder eine Auswahl treffen und nur bestimmte Aufgabenstellungen in einzelnen Arbeitsgruppen bearbeiten lassen. Im ersten Fall sind mehr als 90 Minuten Unterrichtszeit zu veranschlagen.

## **Curriculare Einordnung**

Die Thematik kann sowohl im Rahmen einer vertiefenden Einführung in den Buddhismus bearbeitet werden, etwa in einen buddhistischen Religionsunterricht (wie es ihn in der Republik Österreich, im Land Berlin und an einigen privaten Bildungseinrichtungen gibt) oder im Deutschunterricht, wenn es um die Bandbreite lyrischer Ausdrucksformen geht und dabei die ostasiatische Dichtkunst herangezogen wird.

## Methoden

- ✓ Kurze thematische Einführungen der Lehrkraft zu den einzelnen Aufgabenstellungen
- ✓ Arbeit mit lyrischen Texten. Textinterpretation. Insgesamt stehen 17 Arbeitsblätter zur Verfügung
- ✓ Schüler(innen)-Lehrer(innen)-Dialoge
- ✓ Zusammenfassungen an der Tafel
- ✓ Themenbezogene Lehrer(innen)-Inputs
- ✓ Einsatz von Schüler(innen)arbeitsgruppen mit anschließender Ergebnispräsentation durch die Lernenden
- ✓ Ergebnisoffene Gruppenarbeit und Plenumsdiskussionen
- ✓ Die Lehrkraft steht als Ressource für Hintergrundwissen zur Verfügung, wenn entsprechende Schüler(innen)fragen gestellt werden.

## **Lernziele (inhaltliche und methodische)**

- Die Lernenden sind imstande, anhand ausgewählter Merkmale zwischen Pali-Versen, Chan-Gedichten, Haikus und Kōans zu unterscheiden.
- Sie können Metaphern und Symboliken der buddhistischen Lyrik dekodieren.
- Sie können Verbindungslinien zwischen den verschiedenen Formen buddhistischer Dichtung mit den Grundaussagen der buddhistischen Lehre und religiösen Praxis aufzeigen.
- Die Lernenden können buddhistische Versdichtungen interpretieren.
- Sie können die Funktion von Kōans innerhalb der religiösen Praxis des Chan- bzw. Zen-Buddhismus erklären.
- Sie können die Paradoxien von Kōans beschreiben.
- Sie sind in der Lage, einfache Haikus selbst zu verfassen.
- Die Lernenden vertiefen ihre analytischen und interpretativen Fertigkeiten im Umgang mit verschiedenen Textarten (Strategien der hermeneutischen und historisch-kritischen Textarbeit).

## Einführung in das Thema

Die buddhistische Lehre hat sich in den Ländern ihrer Ausbreitung der jeweils vorherrschenden kulturellen Ausdrucksmittel bedient und diese schon recht bald um neue Formen und Inhalte bereichert. Insgesamt sind die buddhistischen Textgattungen sehr vielfältig. Neben logisch stringenten Lehrtexten gibt es praxisbezogene Meditationsanleitungen sowie eine Prosaliteratur, die literarische Formen wie Gleichnisse, Legenden und Fabeln umfasst. Daneben existieren auch eine buddhistische Lyrik sowie spezielle Ausdrucksformen, wie Aufzeichnungen von Schüler-Meister-Dialogen, aber auch Mantrien und Kōans. Die ersten literarischen Aufzeichnungen des Buddhismus stehen im Palikanon, der ältesten zusammenhängend überlieferten Sammlung von Lehrreden des Buddha Shakyamuni. Der Kanon wurde unter König *Vaṭṭagāmaṇī Abhaya*, der von 89 bis 77 v. u.Z. auf Sri Lanka regierte, schriftlich niedergelegt und bildet die Grundlage des frühen Buddhismus (Theravada). Eine stärker differenzierte buddhistische Literatur bildete sich erst mit dem ersten Jahrhundert vor unserer Zeitrechnung heraus. Buddha selbst hat eine Vielfalt literarischer wie sonstiger Gestaltungen jedoch nicht gefördert, ob sie sich nun auf die Kunst oder andere Aspekte des menschlichen Lebens beziehen.

In dieser Lerneinheit geht es um die buddhistische Dichtkunst sowie die Kōans, die einerseits Hilfsmittel der Meditation zur Verwirklichung erleuchteter Erfahrung sind, im weiteren Sinne jedoch auch als literarisches Genre klassifiziert werden können. Die buddhistische Lyrik steht im Wesentlichen vor der im Grunde unlösbaren Aufgabe, die allem zugrunde liegende Leere und das Unausdrückbare erleuchteter Erfahrung in Worte zu fassen. Die Herausforderung besteht darin, das Unfassbare und Unbestimmbare durch Bilder und Metaphern immer wieder neu zu verdeutlichen.

Neben der Erfahrung der alltäglichen Wirklichkeit als vergänglich und leidvoll, geht es beständig um das Nirvana, und im späteren Mahayana-Buddhismus auch um Shūnyatā (die Große Leere). Beide fungieren als Bilder der Erlösung und Befreiung aus dem Leidensmeer des irdischen Lebens. An zahlreichen Beispielen demonstriert die buddhistische Lyrik, wie alle Dinge aus dem Unerschaffenen kommen und am Ende wieder dorthin zurückkehren. Das phänomenale Dasein sei ohne bleibenden Kern, unfassbar und vergänglich, das heißt, nichts kann auf ewig erhalten und bewahrt werden. Wer an nichts haftet und sich aus allen weltlichen Verstrickungen löst, erwacht zur Wirklichkeit und erreicht das große Erlösungsziel.

Ihrer historischen Herausbildung folgend, sollen in vier Arbeitsgruppen die bekannten Formen buddhistischer Dichtkunst von den Lernenden bearbeitet werden. Es sind dies:

1. die frühbuddhistischen Verse aus dem Palikanon,
2. die Lyrik des chinesischen Chan-Buddhismus,
3. die Haikus des japanischen Zen-Buddhismus sowie
4. die Kōans, die es sowohl im chinesischen Chan- als auch dem japanischen Zen-Buddhismus gibt (und die zeitgleich mit der Chan-Lyrik aufkamen).

## Die frühbuddhistischen Lehrdichtungen

Das Sutta Nipāta ist die früheste Sammlung buddhistischer Lehrdichtungen. Das Werk ist in Pali verfasst und Teil des „Korbs der Lehrreden“ des Palikanons, jenem großen buddhistischen Textkorpus, der die Lehren Buddha enthält, wie sie von seinen Schülern zunächst mehrere hundert Jahre mündlich tradiert und dann erst schriftlich fixiert wurden. Nipāta bedeutet eigentlich nur Abschnitt, Kapitel oder Anthologie. Dieses Sutta enthält die Buddha-Worte in Versform. Die Lehrgedichte des Sutta Nipāta präsentieren die Heilslehre Buddhas nicht in Gestalt abstrakter Lehrsätze, sondern veranschaulichen sie anhand des Alltagslebens und der alltäglichen menschlichen Erfahrung. Das große Beispiel ist das Leben eines Erlösung suchenden Menschen, zumeist im Gewande eines Mönchs, der nach Reinheit und Klarheit des Geistes strebt. Ursprünglich nannte man einen solchen „Muni“, das bedeutet eigentlich „der Schweigende“. Gemeint ist eine Lebensführung in der Stille von Gedanken, Worten und Taten.<sup>1</sup> Die Verse des Sutta Nipāta thematisieren auf unterschiedliche Weise Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Selbst als die grundlegenden Daseinsmerkmale. Die alltägliche Welterfahrung wird als Traumgebilde beschrieben, der das Erwachen als Erkenntnis der wahren Natur der Wirklichkeit gegenübergestellt wird. Wer den Pfad des Erwachens geht, schenkt den vergänglichen Freuden der Sinne keine weitere Beachtung, reinigt seinen Geist von allen Befleckungen und pflegt einen ethischen Lebenswandel.

Die ins Deutsche übertragenen Verse für die Schüler(innen)-Arbeitsgruppen sind Übersetzungen des Suttas durch den deutschen Mönch Nyanaponika Mahathera (1901-1994). Ihm kam es bei seiner Übertragung weniger auf poetische Schönheit an, sondern auf eine möglichst genaue Wiedergabe des Originals.<sup>2</sup> Im Mittelpunkt der Bearbeitung dieses Teils der buddhistischen Dichtung stehen daher mehr die Intensionen dieser Dichtung und inhaltliche Aussagen denn Fragen der formalen Ästhetik.

Die Versdichtungen der heutigen thailändischen Waldmönche ähneln in Intension und Stil den frühen Pali-Versen. Um den Umfang der Lerneinheit nicht zu sprengen, konnten sie hier keine Aufnahme finden. Eine kommentierte Auswahl dieser modernen Adaptionen findet sich in dem Buch „Grundloses Herz“ von Mettiko Bhikkhu.<sup>3</sup>

## Die Bildsprache der buddhistischen Lyrik in den chinesischen Chan-Versen

Nachdem der Buddhismus über die Seidenstraße von Indien nach China kam, haben sich dort eigene Formen buddhistisch inspirierter Dichtkunst entwickelt, die auf den etablierten Regeln der traditionellen chinesischen Poesie gründen. Das Chinesische ist von den altindischen Sprachen sehr verschieden. Während Pali und Sanskrit als indo-europäische Sprachen über eine ausgefeilte Grammatik verfügen, reflexiv sind und zumeist mehrsilbige Wörter bilden, ist das Chinesische nicht reflexiv und in seiner schriftlichen Form zumeist nur aus einsilbigen Wörtern bestehend. Dazu kommen ausgeprägte Unterschiede in den literarischen Ausdrucksformen. Das Chinesische bevorzugt Bilder und Metaphern, um Ideen zu vermitteln. Die starke

---

<sup>1</sup> Siehe die Erläuterungen von Nyanaponika im Geleitwort zum Sutta Nipāta 1996, S.8f.

<sup>2</sup> Siehe Nyanaponika in der Einführung Geleitwort zum Sutta Nipāta 1996, S.29.

<sup>3</sup> Bhikkhu Mettiko 2008, S. 47ff.



Betonung des Bildlichen hängt sicherlich mit der Schrift zusammen. In der Chan-Lyrik wird deutlich, wie sehr in China das Konkrete Vorrang vor dem Abstrakten besitzt, welches weniger fesselt und dem man nur ungern in all seine feinen Verzweigungen folgen möchte.

Der Chan-Poesie geht es vor allem um die unmittelbare und direkte Wahrnehmung, das Fallenlassen aller Schleier, aller vorgefassten Sichtweisen und gedanklichen Konzepte, die wir um die Dinge legen und damit ihre wirkliche Natur verdunkeln. Insbesondere Metaphern mit Naturbezug nehmen eine zentrale Rolle ein. Immer wieder sind es Grenzen und Übergänge in der Natur, welche die dichterische Phantasie inspirieren: der Untergang der Sonne und der Anbruch eines neuen Tages, die plötzliche Frische nach dem Ende eines heftigen Regens oder der Wechsel der Jahreszeiten, wenn die Kraft des Frühlings in der Sommerhitze erlischt oder im späten Herbst die Chrysanthemen der frostigen Kälte trotzen.

Dazu kommen Blumen und Blüten als Symbole von Reinheit wie auch von Vergänglichkeit. Die weiße, helle Blüte steht in vielen Versen zudem für das plötzliche Erwachen. Moose und Gräser sollen Vergänglichkeit ausdrücken, wenn sie beispielsweise verlassene Tempel und Meditationshütten überwuchern. Zugleich repräsentieren sie in ihrem bleibenden bzw. wiederkehrenden Grün die Kontinuität des Lebens. Außerdem sind sie eine Metapher für Genügsamkeit: Moose und Gräser wachsen unter einfachsten Bedingungen, sie gedeihen fast überall. Anders als Bäume und Sträucher bezaubern sie nicht durch die Schönheit ihrer Blüten, der Anblick ihres Verfalls ruft andere Gefühle hervor als ein niedergehender Blütenregen. Unter dem trockenen welken Gras sprießt oft schon wieder das frische Grün hervor.

Der Eremit wird durch das Bild eines einzelnen Baumes verkörpert. Insbesondere die immergrünen Bergkiefern, die auch unter einfachsten und widrigsten Bedingungen wachsen, stehen für Ausdauer und Beharrlichkeit. Sie wurzeln im nackten Felsgestein; Nebel, Wind und spärlicher Regen genügen ihnen. An solchen Orten lebt auch der anspruchslose Bergmönch. Schlicht ist sein Lebensstil, ausdauernd seine Übung.

Unter den Tieren mit Symbolgehalt sind vor allen zwitschernde Vögel zu erwähnen, die für das Verkünden der Dharma-Lehre stehen. Ein Vogelruf wird zum Auslöser des plötzlichen Erwachens. Die stets unruhig umherspringenden Affen stehen für den unerwachten und unablässig nach Dingen greifenden Geist. Wer achtsam den Zikaden lauscht, kann ebenso wie in den Rufen der Vögel die Essenz des Dharma vernehmen.

Weitere Metaphern beziehen sich auf Berge, Wasser, Mond und Wolken. Berge und Wasser sind in der Chan-Lyrik Symbole reiner Natur und des Ursprünglichen. Bergaufstiege und Bergwege sind Metaphern des Strebens nach Erleuchtung. Im Allgemeinen beschreibt das Bild des Pfades sowohl den eigenen Lebensweg als auch den buddhistischen Erlösungspfad, die in Übereinstimmung zu bringen, das vornehmste Ziel der religiösen Übung ist. Wasser steht für Reinheit und Reinigung. Ein Teich repräsentiert die Tiefe des Geistes, ein Wasserfall oder Fluss die rasche oder allmähliche Veränderung aller Dinge, ihre Unbeständigkeit. Der Lauf des Wassers, von der Quelle über den Fluss ins Meer und zurück zu den Wolken, gilt als Gleichnis für den natürlichen Weg der Dinge, dem zu folgen ist. Sehr oft findet sich das Bild der am Himmel vorbeiziehenden weißen Wolken. Wie die Wolken, die aufziehen, wenn bestimmte Bedingungen erfüllt sind, und die sich wieder gänzlich in nichts auflösen, so ist das

Leben unbeständig und ohne bleibendes Selbst. In der Chan-Lyrik sind Wolken vor allem Metaphern für Selbst- und Ichlosigkeit, bisweilen auch für Vernebelungen des Geistes und für die Vergänglichkeit aller Dinge. Die meisten Chan-Verse beziehen sich auf die alltägliche Lebenserfahrung. Das Alltagsleben weise Weg zur Befreiung, heißt es.<sup>1</sup>

## Die japanische Haiku-Dichtung

Haikus sind eine alte japanische Gedichtform. Sie gelten als die kürzesten Gedichte der Welt. Traditionell bestehen sie aus nur drei Sätzen mit fünf Silben in der ersten Zeile, sieben in der zweiten und fünf in der dritten. Das Haiku tauchte erstmals im 17. Jahrhundert in der japanischen Literatur auf, wurde aber erst im 19. Jahrhundert unter dem Namen Haiku bekannt. Masaoka Shiki (1867–1902) hat die besondere Form solcher Gedichte zum ersten Mal als Haiku benannt: Es besteht in der Regel aus drei Wortgruppen, die vertikal aneinandergereiht werden. Kurz, schlicht und ohne Reim ziehen die Gedichte den Leser dennoch schnell in den Bann.

Die Geschichte des Haiku beginnt im Mittelalter, wo es sich aus dem damals in Japan verbreiteten Kettengedicht (*renga*) heraus entwickelte. In geselliger Runde war es üblich, nach bestimmten Regeln reihum zu dichten. Teilweise hatten diese Kettengedichte bis zu 36 Strophen. Der erste Teil eines solchen Kettengedichtes hieß Hokku und entsprach in etwa dem heutigen Haiku. Ein Beispiel für ein kurzes Kettengedicht ist das Tanka mit 5 Zeilen mit je 5,7,5, und 7,7 Silben. Ab der ersten Hälfte des 16. Jahrhunderts erschien das Hokku als eigenständige Gedichtform und nicht nur als Teil eines Kettengedichtes. Weithin bekannt wurde das Hokku erst im 17. Jahrhundert, meist als Scherzgedicht.

Ein Beispiel von Arakida Moritake (1473-1549):

*Fliegt die gefallene  
Blüte zurück an den Zweig?  
Ein Schmetterling!*

Im 17. Jahrhundert trug Matsuo Bashō (1644-1694) entscheidend für die Ausbreitung des Hokku als ernsthafte Literatur bei. Von ihm sind rund tausend Hokku überliefert. Zwei Beispiele:

*Stille!  
Der Zikadenlärm dringt  
in den Stein.*

*Der alte Weiher.  
Ein Frosch springt hinein,  
Oh! Das Geräusch des Wassers.*

---

<sup>1</sup> Siehe *Unvollkommen die Worte und alle Rede darüber – Die Lyrik des Chan-Buddhismus* 2009, S.17ff.

Im 19. Jahrhundert wurde das Hokku durch dem erwähnten Masaoka Shiki in Haiku (俳句) unbenannt. Jetzt tritt vor allem der Realismus dieser Dichtung in den Mittelpunkt.<sup>1</sup>

Es gibt eine ganze Reihe von Merkmalen, die ein Gedicht zu einem Haikus machen: Da ist zunächst das Element der Gegenwärtigkeit. Meist geht es um ein Geschehnis oder eine Beobachtung in der Gegenwart oder jemand erinnert sich an die Vergangenheit. Typisch sind weiterhin Hinweise auf die Jahreszeiten eines Phänomens oder auf die Natur, die das Gedicht zeitlich und örtlich verankern. Weiterhin spielen sinnliche Details eine Rolle. Haikus stellen etwas Erlebtes oder bestimmte Blickwinkel auf die Wirklichkeit nicht abstrakt, sondern sehr anschaulich dar. Dabei wird die äußere Welt zur Folie der Präsentation der inneren, das heißt, der Gedanken und Empfindungen des Haiku-Verfassers. Bei einem gelungenen Haikus bleibt nach dem Lesen ein Nachhall, der zum Weiterdenken anregt, oft auch eine Irritation, indem gewohnte Wahrnehmungsmuster oder Überzeugungen in Frage gestellt werden.

Heute sind Haiku-Verse in fast allen Kulturen der Welt vertreten. Es gibt zahlreiche nationale Haiku-Gesellschaften, mehrere internationale Haiku-Vereinigungen, es werden europäische Haiku-Kongresse veranstaltet und das Haiku-Dichten ist eine weit verbreitete Leidenschaft geworden. Eigene Haiku-Schulen, Haiku-Vereine, zahllose Haiku-Wettbewerbe und Haiku-Kolumnen in größeren Tageszeitungen fördern die Verbreitung.<sup>2</sup>

## Das Kōan

Bei einem Kōan handelt es sich um eine Meditationsanweisung mit paradoxen oder logisch nicht auflösbaren Fragestellungen, die eine unmittelbare Einsicht ermöglichen soll. Ein Kōan (chin. *Gong'an*, wörtl: „öffentlich vorgetragener Fall“) ist eine kurze Geschichte, eine Feststellung, eine Frage oder ein Dialog, über die im Rahmen der Chan-Praxis meditiert wird. Man kann einen Kōan als eine spezifische literarische Ausdrucksform in einem bestimmten Handlungskontext definieren. In praktischer Hinsicht soll er die Konzentration fördern. Er wird nicht durch reflektierendes Denken erschlossen, vielmehr soll durch ihn eine spontane Einsicht oder Erfahrung ausgelöst werden. Zumeist wird das Kōan vom Meister an den Schüler oder die Schülerin entsprechend dem vermuteten Erkenntnisstand gegeben. Kōans sind (wirklich oder scheinbar) paradoxe und dem Alltagsverstand kaum zugängliche Äußerungen, die zumeist auf bekannte Episoden der Vergangenheit oder inspirierende Begegnungen zurückgehen. „Höre den Ton der einen Hand“ oder „Was ist der Ton der einen Hand?“ ist ein bekannter Kōan, über dessen Meditation der Adept an die Erfahrung der Nicht-Dualität herangeführt werden soll. Das Kōan dient dem Meister zudem als Mittel, mit dem er die Fortschritte seiner Schüler auf dem Weg des intuitiven, unmittelbaren Erfassens der Wirklichkeit prüft.<sup>3</sup>

Der Chan- bzw. Zen-Meister gibt den Kōan in einem persönlichen Gespräch (jap. *dokusan*) an einen Schüler oder eine Schülerin. Frage und Reaktion finden oft vor den Augen anderer

---

<sup>1</sup> Siehe <https://www.japanwelt.de/blog/haiku-gedichte> (22.12.23).

<sup>2</sup> Siehe <https://kreativ-schreiben-lernen.de/tipps-fuer-autoren/haiku-der-komprimierte-moment/> (16.12.23).

<sup>3</sup> Zum Kōan siehe zum Beispiel: Bai Yun 2002, S.39f; Gao Lingyin 2003, S.,.368; Pu Zhengyan 2002, S83f.; Wagner 2020, S.413f.

Schüler statt, die so daraus selbst lernen können. Der Jesuit, Religionswissenschaftler und Zen-Forscher Heinrich Dumoulin beschreibt die Kōan-Praxis so:

„Das Ziel der Kōan-Praxis ist die Erkenntnis der Nichtzweiheit. Die Illusion, dass die Dinge sich unterscheiden und dass das Ich eine eigene, vom Rest abgegrenzte Existenz hätte, soll sich in der Übung mit dem Kōan auflösen. Der Zen-Schüler bekommt ein bestimmtes, zu seiner Reife passendes Kōan aufgetragen (z. B. das Kōan *Mu*: Ein Mönch fragte Joshu (chin. Zhaozhou): ‚Hat ein Hund die Buddha-Natur oder nicht?‘ Joshu antwortete: ‚Mu!‘). Auf dieses Kōan soll der so Befragte dem Meister im persönlichen Gespräch zeigen, dass er den wahren Gehalt des Kōans während der Meditation erfasst hat. Novizen und Mönche müssen eine Reihe von Kōans meistern. Um festzustellen, ob dies tatsächlich gelungen ist, wird dem Studierenden aufgegeben, eine Antwort oder auch eine andere Reaktion zu finden, die das im Kōan steckende Rätsel auflöst. [...] Das Kōan zwingt, die Bahn des rationalen Denkens zu verlassen und über die gewöhnliche Bewusstseinslage hinauszuschreiten, um zu einer neuen unbekannt Dimension durchzustoßen. Diese Funktion ist allen Kōan gemeinsam, wie sehr sie im Übrigen inhaltlich und der literarischen Form nach verschieden sein mögen.“<sup>1</sup>

Das Kōan soll eine existenzielle Selbsterfahrung initiieren und zum Zentrum des Ich und der eigenen Gedanken führen. Dabei können auch tradierte religiöse Lehren infrage gestellt und zertrümmert werden, sofern sie der Selbsterkenntnis im Weg stehen. Die Kōan-Paradoxien können nicht harmonisch aufgelöst, sondern sollen als Paradoxien der Wirklichkeit selbst erfahren werden. Jeder muss auf seine Weise lernen, mit ihnen umzugehen. In den Chan- und Zen-Schulen glaubt man, dass anhand der Reaktion des Schülers auf das Kōan ein erfahrener Meister erkennen kann, ob der Schüler auf dem Weg des Zen Fortschritte macht, oder ob er in Illusion und Irrtum verharret.<sup>2</sup>

Kōans sollen also zu einem inneren Verstehen anregen. Man kann sie auch als Rätsel deuten. Chan- und Zen-Buddhisten sind davon überzeugt, dass sie verstandesmäßig nicht lösbar sind, sondern nur durch intuitives Eintauchen in die Weisheit der Frage verstanden werden können. Trotz dem Fokus auf Intuition und unmittelbarem Erleben hat sich in China und Japan eine umfangreiche Koan-Kommentationsliteratur etabliert.<sup>3</sup>

Da die Vorläufer vieler Kōans literarischer Natur sind, und insbesondere auf berühmte Frage- und Antworten-Dialoge zwischen Schüler und Meister während der Tang- und der Song-Zeit

---

<sup>1</sup> Dumoulin 2019, S. 249.

<sup>2</sup> Siehe <https://de.wikipedia.org/wiki/Kōan> (22.12.23).

<sup>3</sup> Bedeutende Kōan-Sammlungen sind: Das *Wumenguan* („Die Torlose Schranke“), das *Biyuanlun* („Die Niederschrift von der Smaragdnen Felswand“) oder das *Zimen Chongxinglü* („Aufzeichnungen über den geschätzten Pfad zum Schwarzen Tor“).

zurückgehen, verfügen sie trotz ihrer vordergründigen Unvernünftigkeit über einen historischen Kern, der auch intellektuell nachvollziehbar ist.<sup>1</sup> Aus diesem Grund werden sie im Rahmen dieser Unterrichtseinheit auch mit literarischen Techniken bearbeitet. Das schließt nicht aus, dass die Lernenden durchaus versuchen können, sie als Objekte eigener Inspiration zu nutzen, auch jenseits des traditionellen Gebrauchs als Meditationsgegenstand im Rahmen einer klassischen Meister-Schüler-Beziehung.

Streng praktizierende Chan- und Zen-Buddhist:innen werden sich wohl dagegen wehren, diese Textfragmente verstandesmäßig zu bearbeiten. Man habe sich stattdessen ganz in einen Kōan hinein zu versenken, müsse ihn wahrhaft empfinden oder in "in die Tiefe des Kōans hinab steigen" – wie man den intuitiven Weg auch immer formulieren mag. Nur so fände man eine Antwort. Allein aus der „Präsenz des Moments“ gäbe es eine Antwort auf ihn. Da subjektive Erleuchtungskompetenz nun aber kein Kriterium für die pädagogische Arbeit sein kann, bleibt für die schulische Bearbeitung im Rahmen des Unterrichts in Fächern wie Deutsch oder Praktische Philosophie nur die Option, Kōans vor allem als literarische Artikulationen zu bearbeiten. Das schließt auch eine kritische Reflexion über den Anwendungskontext und die dabei implizierten Machtbeziehungen zwischen einem allwissenden Meister und einem naiven Adepten ein.

---

<sup>1</sup> Ob die Chan- bzw. Zen-Erfahrung zeitlos ist oder ob sie - gleich anderen Bereichen jedweder Traditionen - im Kontext der chinesischen Kultur und Geistesgeschichte gesehen werden muss, ist umstritten. Es gibt eine grundsätzliche Kontroverse um die Frage der Historizität dieser Lehren zwischen dem bekannten japanischen Zen-Gelehrten Suzuki und dem ebenso bekannten chinesischen Historiker und Philosophen Hu Shih. Für Suzuki ist Chan bzw. Zen eine entrückte, alles Paradoxe übersteigende Erfahrung, die überall und jederzeit erlebt werden kann und die jenseits aller historischen Kontexte liegt. Chan sei reine Erfahrung und nichts weiter. Hu Shih hingegen wendet sich gegen die Auffassung, dass die menschliche Vernunft nicht in der Lage sei, das Phänomen des Chan zu verstehen. Es handle sich um nichts weiter als einen integralen Bestandteil der allgemeinen chinesischen und japanischen Geistesgeschichte und könne wie jede andere Schule auch in diesem historischen Rahmen studiert und völlig verstanden werden (zu dieser Kontroverse siehe auch Dumoulin 2019, S.4 u.65; siehe Wagner 2020, S.431).

## Literatur

Bai Yun (2002): *Chan de tansuo (Annäherungen an den Chan)*. Beijing.

Dumoulin, Heinrich (2019): *Geschichte des Buddhismus*, Bd. I. Tübingen und München.

Gao Lingyin (2004): *Zhongguo Chanxue Tongshi (Allgemeine Geschichte der Chan-Studien in China)*. Beijing. Stambach.

Hoch wie die Berge, tief wie das Meer – Die Lyrik des Chan-Buddhismus – Band 3. (2009). Stambach.

Bhikkhu Mettiko (2008): *Grundloses Herz. Geschichte und Gedicht der Tradition thailändischer Waldmönche*.

Pu Zhengyan (2002): *Chanxiu yu chanzuo (Chan-Übung und Chan-Meditation)*. Chengdu.

Sutta Nipāta. Frühbuddhistische Lehrdichtungen aus dem Pali-Kanon. Übersetzt, eingeleitet und erläutert von Nyanaponika (1996). Stambach.

Unvollkommen die Worte und alle Rede darüber – Die Lyrik des Chan-Buddhismus – Band 1 (2009). Stambach.

Wagner, Hans-Günter (2007): *Wie die Wolken am Himmel – Die Dichtung des Chan-Buddhismus*. Frankfurt/Main.

Wagner, Hans-Günter (2020): *Buddhismus in China. Von den Anfängen bis in die Gegenwart*. Berlin.

## Möglicher Unterrichtsverlauf und weitere didaktische Hinweise

### Der Unterricht gliedert sich in folgende Phasen:

1. Motivation und Hinlenkung auf das Thema durch die Lehrkraft.
2. Eine Arbeitsgruppenphase, in der sich vier Schüler(innen)arbeitsgruppen mit verschiedenen Phasen bzw. Stilrichtungen der buddhistischen Dichtung befassen:
  - AG 1: Die frühbuddhistische Dichtung (Pali-Buddhismus)
  - AG 2: Die Chan-Lyrik (chinesischer Buddhismus)
  - AG 3: Die Haiku-Dichtung (japanischer Buddhismus)
  - AG 4: Das Kōan (chinesischer und japanischer Buddhismus)
3. Vorstellung der Arbeitsgruppenergebnisse im Plenum
4. Abschlussdiskussion (evtl. mit Hinweisen auf buddhistische Elemente in der westlichen Poesie, siehe „Weitergehende Themen“).

Es ist wünschenswert, wenn sich die Lernenden in vorangegangenen Lerneinheiten bereits mit einigen Grundlagen der buddhistischen Lehre befasst haben. Die Lehrkraft kann zum Einstieg versuchen, dieses Vorwissen durch Rekonstruktion der „Lehre von den drei Siegeln“ zu aktivieren. Diese bestimmen nach Buddha die empirische Wirklichkeit der Subjekte. Sie bilden die Grundlage der buddhistischen Weltsicht:

- **Unbeständigkeit**
- **Leidhaftigkeit**
- **Nicht-Selbst**

Dann erklärt die Lehrkraft:

Heute soll es darum gehen, sich dieser Auffassung von Wirklichkeit nicht in Form dogmatischer Lehren zu nähern, sondern einmal poetische Weisen buddhistischer Welterfahrung zu betrachten. Der Einstieg kann ein Vers der Chan-Dichters Hui Kai (1172-1260) bilden, der ein bekannter Chan-Meister der Song-Dynastie war und auch unter den Namen *Huang Long* (Gelber Drache) bekannt ist.

### Alternativer Einstieg

Ein alternativer Einstieg wäre, direkt mit diesem Vers zu beginnen und mit Hilfe der Fragen entwickelnden Methode die Wirklichkeitssicht dieses Gedichts und seinen Lebensratschlag mit dem in Beziehung zu setzen, was bereits über den Buddhismus bekannt ist bzw. gelernt wurde.

Der folgende Entwurf einer Folie bzw. eines Arbeitsblattes enthält eine deutsche Übersetzung des Gedichts und auch das chinesische Original (in den klassischen Schriftzeichen). Das Original dient allein zur Illustration, dass die buddhistischen Gedichte in China zumeist einer strengen formalen Vorgabe folgen. Die Schüler(innen) zählen die Schriftzeichen und entde-

cken, dass es sich um je sieben Zeichen in vier Zeilen handelt. Der Vers lebt von Kontrastierungen. So werden in den ersten beiden Zeilen gegenübergestellt: Frühling (春) und Sommer (夏) Herbst (秋) und Winter (冬), außerdem Blumen (花) und Wind (風) sowie Mond (月) und Schnee (雪). Der Lehrkraft kann diese Schriftzeichen vorgeben und die Schüler(innen) auffordern, sie im Text zu entdecken. Aus ihrer Position in den Zeilen ergibt sich sodann das Moment der Kontrastierung.



## FOLIE ZUM EINSTIEG

Hui Kai

Frühling bringt weiße Blütenpracht  
im Herbst der Mond vom Himmel lacht  
Ein kühler Wind im Sommer weht  
und Schnee im Winter niedergeht  
Leid und Kummer haften an  
wenn man sich nicht lösen kann  
Wer wahrhaft übt Gelassenheit  
zufrieden lebt zu jeder Zeit

Quelle: Kommen und Gehen – kein Unterschied. Die Lyrik des Chan-Buddhismus – Band 2. Stammbach 2009.

慧開

春有百花秋有月

夏有涼風冬有雪

若無閑事挂心頭

便是人間好時節

### Hinweise zu einigen Schriftzeichen:

Frühling (春), Sommer (夏) Herbst (秋), Winter (冬).

Blumen (花), Wind (風).

Mond (月), Schnee (雪).

Über die Fragen entwickelnde Methode kann u.a. Folgendes erarbeitet werden:

- Das Gedicht beschreibt die Veränderung der Dinge, ihre Unbeständigkeit in Form des Wechsels der Jahreszeiten und der mit ihnen verknüpften Phänomene (Blüten im Frühjahr, Schnee im Winter, dem vollen Mond im Herbst sowie dem kühlenden Wind, der Erleichterung von der Hitze des Sommers verschafft).
- Woher kommen Leid und Kummer? – Durch Anhaftung. Wer sich im Winter nach dem Sommer sehnt, kann sich nicht an der Schönheit des weißen Schnees erfreuen, wer im Sommer den Winter herbeiwünscht, spürt nicht die Erleichterung, die ihm ein kühlender Windhauch verschafft, während er in müßiger Sehnsucht nach vergangenen oder zukünftigen Dingen schwelgt.
- Wie erlangt man Zufriedenheit? – In dem man an nichts anhaftet und die Dinge so nimmt, wie sie kommen. Dazu braucht es eine Einstellung der Gelassenheit gegenüber allen Veränderungen.
- Was gewinnt man durch Gelassenheit? – Man wird achtsam. Und durch Achtsamkeit erfährt man die Schönheit der Dinge, so wie sie sind.

Jetzt kann die Lehrkraft die Lernenden anregen, ein Fazit zu ziehen:

Was zeichnet buddhistische Lyrik aus?

Die buddhistische Lyrik handelt von der Erfahrung des Lebens in seinen verschiedenen Facetten und drückt diese auf poetische Weise aus. Sie liefert also weder Dogmen noch Lehrsätze, sondern bedient sich vornehmlich indirekter Ausdrucksformen. Das Eigentliche wird nicht benannt, weil es gar nicht benennbar ist, sondern in Bildern und Metaphern umschrieben.

## Arbeitsgruppenphase

Die Lehrkraft:

Im folgenden Unterrichtsschritt wollen wir nun der Bandbreite der buddhistischen Dichtung und ihren verschiedenen Ausdrucksformen nachgehen. Dazu bilden wir vier Arbeitsgruppen, die dem Lauf der historischen Entwicklung dieser Dichtung folgen. Mit den Kōans nehmen wir noch ein Sprachmittel dazu, das sich im Grenzbereich zwischen Poesie und konkreter Meditationsanleitung bewegt.

Die erste Arbeitsgruppe wird sich mit der frühen buddhistischen Dichtung befassen, so wie sie im Palikanon niedergelegt ist. Dabei handelt es sich um Worte, die als direkte Äußerungen des historischen Buddha Shakyamuni gelten. Arbeitsgruppe zwei widmet sich den chinesischen Gedichten des Chan-Buddhismus, die alle strengen formalen Vorgaben folgen und von denen wir mit dem Vers Hui Kais gerade ein typisches Beispiel kennenlernten.

Um die japanische Haiku-Dichtung geht es in der dritten Arbeitsgruppe. Dort wollen wir auch versuchen, selbst einmal Verse in diesem Stil zu verfassen. In der letzten Arbeitsgruppe befassen wir uns mit Kōans, jenen oft kryptischen und manchmal paradoxen Meditationsaufgaben, wie sie den Übenden im Chan- bzw. Zen-Buddhismus gestellt werden. Wir wollen versuchen, die eine oder andere dieser Aufgaben zu entschlüsseln, zumindest etwas transparenter werden zu lassen.

### Hinweis für die Lehrkraft:

Die Arbeitsgruppen können sukzessive oder parallel arbeiten. Bei sukzessiver Arbeit haben alle Lernenden die Möglichkeit, sich in sämtliche Aspekte der Thematik zu vertiefen, bei paralleler bearbeitet jede Gruppe nur einen Teilaspekt. Da die Ergebnisse jedoch zum Schluss in Gruppenpräsentationen vorgestellt werden, sind auch hier alle Schülerinnen und Schüler in die gesamte Lernaufgabe integriert, wenn auch auf unterschiedliche Weise und mit einem unterschiedlichen Grad an Komplexität.

Nächster Schritt: Aufteilung der Klasse in vier Arbeitsgruppen.

Nach der Arbeitsgruppenphase erhält jede Arbeitsgruppe die Möglichkeit, die Ergebnisse ihrer Befassung mit dem Thema kurz vorzustellen. Anschließend erfolgt eine Abschlussdiskussion im Plenum.

## **Thematische Gliederung der Arbeitsgruppen und Arbeitsaufgaben**

Die Thematik soll anhand der folgenden vier Themenkomplexe bearbeitet werden:

### **Arbeitsgruppe I**

**(Arbeitsblätter I-1 bis I-4)**

### **Frühbuddhistische Dichtung aus dem Palikanon**

Versdichtungen aus dem Sutta Nipāta verstehen und interpretieren lernen

Arbeitsaufgaben:

1. Fassen Sie die Verse 1-4 in ihren eigenen Worten je kurz zusammen. Was ist jeweils die zentrale Aussage?
2. Welche Einstellung zum Leben spricht aus diesen Versen und welche Ratschläge für den rechten Lebensweg werden gegeben?
3. Erklären Sie auf welche Weise sich in diesen Versen die Grundaussagen der buddhistischen Lehre widerspiegeln, soweit sie bisher im Unterricht behandelt wurde bzw. sie Ihnen bekannt ist.
4. Was gefällt Ihnen an diesen Versen? Was gefällt Ihnen nicht? Begründen Sie Ihre Einschätzung.

## **Arbeitsgruppe II**

**(Arbeitsblätter II-1 bis II-5)**

### Die Lyrik des Chan-Buddhismus

Die Metaphorik von Chan-Versen verstehen und diese interpretieren können

Arbeitsaufgaben:

1. Erklären Sie einige der formalen und ästhetischen Merkmale von Chan-Gedichten.
2. In welchem Stil ist der Vers von Pu Ji verfasst?
3. Erklären Sie die formale Struktur des Gedichts „Rätsel“ von Pu Ji und geben Sie eine Interpretation. Stellen Sie Vermutungen an, warum das Gedicht den Titel „Rätsel“ trägt.
4. Lesen Sie die Chan-Verse auf den Arbeitsblättern 3-6. Wählen Sie einen Vers aus, der Ihnen am besten gefällt aus und interpretieren sie ihn.

## **Arbeitsgruppe III**

**(Arbeitsblätter III-1 bis III-4)**

### Die Haiku-Dichtung

Haiku-Verse verstehen und analysieren. Anleitung für das Verfassen von Haikus.

Arbeitsaufgaben:

1. Erklären Sie in ihren eigenen Worten was ein Haiku ist. Durch welche formalen und ästhetischen Merkmale zeichnet sich diese Kunstform aus.
2. Lesen Sie die Haikus auf den Arbeitsblätter III-2 - III-3. Wählen Sie 2-3 Haikus aus, erklären Sie die formale Struktur und interpretieren Sie diese Verse.
3. Lesen Sie die Anleitung auf Arbeitsblatt III-4 und versuchen Sie selbst einen oder mehrere Haikus zu verfassen.
4. Tauschen Sie die von Ihnen verfassten Verse mit Mitstudierenden Ihrer Arbeitsgruppe und bringen Sie in Erfahrung, wie die von Ihnen verfassten Zeilen auf diese wirken. Geben Sie auf gleiche Weise Rückmeldung zu Haikus, die Sie zum Lesen erhalten haben.

## Arbeitsgruppe IV

### (Arbeitsblätter IV-1 bis IV-4)

## Kōans

Paradoxe Aussagen um erleuchtete Einsichten zu erzeugen. Was sagen sie mir?

Arbeitsaufgaben:

1. Erklären Sie mit ihren eigenen Worten was ein Kōan ist und durch welche Eigenschaften er sich auszeichnet.
2. Welche Funktion erfüllen Kōans im Rahmen der religiösen Praxis des Chan- bzw. Zen-Buddhismus und wie werden sie eingesetzt?
3. Was wird über mögliche Verwendungen von Kōans im Alltagsleben gesagt und wie beurteilen Sie die Einschätzung?
4. Lesen Sie die Kōans auf den Arbeitsblättern IV-3 und IV-4. Wählen Sie einige davon aus. Wie verstehen Sie diese Aussagen? Unternehmen Sie den Versuch einer Deutung!

## Erwartbare Ergebnisse der Arbeitsgruppen – Lösungshinweise

### Arbeitsgruppe I

#### (Arbeitsblätter I-1 bis I-4)

## Frühbuddhistische Dichtung aus dem Palikanon

Versdichtungen aus dem Sutta Nipāta verstehen und interpretieren lernen

Arbeitsaufgaben:

1. Fassen Sie die Verse 1-4 in ihren eigenen Worten je kurz zusammen. Was ist jeweils die zentrale Aussage?

Vers I: Der Mensch erstrebt angenehme Wahrnehmungen und Gefühle. Wenn sie sich einstellen, fühlt er sich glücklich, bleiben sie aus, wird das als Leid empfunden. Nicht von dieser Art ist der Weise, er wird nicht vom Strom des Daseins fortgerissen, sondern befreit sich von seinen Trieben. (I-1).

Vers II: Das Leben ist kurz, die weltlichen Freuden vergänglich und der Tod unausweichlich. Der Weise aber ist gelöst von Begehren und Abscheu. Weil er an nichts haftet, ist er frei. (I-2).

Vers III: Das Leben ist voller Gewalt, Angst und Schrecken. Wir haben hier keine bleibende Statt. Wer den Lebenstrieb zum Erlöschen bringt, der ist gerettet. (I-3).

2. Welche Einstellung zum Leben spricht aus diesen Versen und welche Ratschläge für den rechten Lebensweg werden gegeben?

Das menschliche Leben wird als unzulänglich und als Leidensprozess beschrieben. Gelehrt wird eine Haltung von Gleichmut und Gelassenheit gegenüber den Wechselfällen des Daseins. Wer wahrhaft loslassen kann, erfährt Läuterung und erlangt so Erlösung von diesem Dasein. (I-1, I-2, I-3).

3. Erklären Sie auf welche Weise sich in diesen Versen die Grundaussagen der buddhistischen Lehre widerspiegeln, soweit sie bisher im Unterricht behandelt wurde bzw. sie Ihnen bekannt sind.



In diesen Versen wird Buddhas Lehre von den „drei Siegeln“ der Wirklichkeit (Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Selbst) poetisch illustriert. Die Schilderung des beständigen Wechsels von angenehmen und unangenehmen Erfahrungen, von Kummer und Freude, von Gewinnen und Verlieren illustriert die Unbeständigkeit des Daseins. Bilder von Gewalt und Schrecken zeigen das Leid, das aus Habsucht und Anhaftung resultiert. Der Weg des Heiligen ist der Weg der Loslösung von allem, was an die Welt der Sinne fesselt; so verwirklicht er oder sie das Nicht-Selbst im irdischen Leben. (I-1, I-2, I-3).

4. Was gefällt Ihnen an diesen Versen? Was gefällt Ihnen nicht? Begründen Sie Ihre Einschätzung.

Raum für Artikulationen der Lernenden.

## Arbeitsgruppe II

### (Arbeitsblätter II-1 bis II-5)

## Die Lyrik des Chan-Buddhismus

Die Metaphorik von Chan-Versen verstehen und diese interpretieren können

Arbeitsaufgaben:

1. Erklären Sie einige der formalen und ästhetischen Merkmale von Chan-Gedichten.

Chan-Verse beschreiben das achtsame Erleben eines Augenblicks. Dabei kann es sich um Augenblicke der Gegenwart oder Vergangenheit handeln, wobei die Abfolge der Zeit kaum eine Rolle spielt. Die Sprache ist bildlich und es wird mit Gegensätzen und farblichen Kontrastierungen gearbeitet. Was die äußere Form betrifft, so sind die Verse hinsichtlich der Anzahl der Zeilen (stets gerade Zahlen) und der Zeichen innerhalb einer Zeile (vier, fünf oder sieben Schriftzeichen) stark standardisiert. (II-1).

2. In welchem Stil ist der Vers von Pu Ji verfasst?

Es handelt sich um ein Kurzgedicht (*Juequ*) mit fünf Schriftzeichen pro Zeile. (II-1)

3. Erklären Sie die formale Struktur des Gedichts „Rätsel“ von Pu Ji und geben Sie eine Interpretation. Stellen Sie Vermutungen an, warum das Gedicht den Titel „Rätsel“ trägt.

Das Gedicht besteht aus vier Zeilen mit 20 Schriftzeichen (je fünf pro Zeile). Es wird vor allem mit Kontrasten gearbeitet. Den Bergen in der ersten wird das Wasser in der zweiten Zeile gegenübergestellt und eine Farb- wird mit einer Klangwahrnehmung kontrastiert. In der dritten und vierten Zeilen werden Kommen (des Menschen) und Gehen (des Frühlings) gegenübergestellt, sowie Blüten und Vögel. Man kann diese Zeilen als Schilderung einer meditativen Einsicht oder Erfahrung deuten: Wer in tiefer Versenkung weilt, für den schwinden die Unterschiede zwischen Nähe und Ferne. Die Außenwelt oder die Vergangenheit sind zwar noch präsent, aber sie haben ihre steuernde Macht verloren. Wer so lebt, braucht den Tod nicht zu fürchten – der Vogel erschrickt nicht, wenn ein Mensch kommt.

Es gibt noch eine triviale Deutung dieses Verses, die in China fast jeder kennt und das „Rätsel“ auflöst: Es handele sich um die Beschreibung eines Landschaftsbildes mit Bergen, Wasser, gefallenem Frühlingsblüten und einem Vogel auf einem Zweig. Gemalte Vögel kann ein Betrachter nicht erschrecken, auch wenn er noch so nah an sie herantritt. (II-2)

4. Lesen Sie die Chan-Verse auf den Arbeitsblättern 3-6. Wählen Sie einen Vers, der Ihnen am besten gefällt aus und interpretieren sie ihn.

Beispiel: „Die Klause am Zhongnan-Berg“ von Wang Wei

Wang Wei beschreibt seine meditativen Einsichten, so wie er sie in seinen späten Jahren gewonnen hat. Dabei bedient er sich der Bilder der Natur. Biographische Informationen (*Rückzug in die Südberge*) vermischen sich mit Gefühlsschilderungen (*wahre Freude im eigenen Herzen*) und philosophischen Erkenntnissen (*Erlangung des Wissens der Leerheit*). Neben die Natureindrücke tritt die Erwähnung einer menschlichen Begegnung und was sie auslöste (*ein paar Worte, ein Lächeln*). Vielleicht meint der Dichter mit dem „alten Mann“ auch die Begegnung mit sich selbst.

Alle Einsicht kommt aus der Betrachtung der Natur und mündet in den Rat, in allem dem Lauf der Natur zu folgen (*Lauf des Wassers*). Wer nur lange genug still sitze, erschau das Entstehen und Vergehen aller Dinge (hier der *Wolken*). Das Bild der Wolken steht für die Ichlosigkeit aller Phänomene. Entstanden aus Ursachen, vergänglich und ohne bleibende Substanz – so ist auch die menschliche Existenz. Wer das erkennt, der lebt in der Gelassenheit. Wahre Freude kommt nicht von außen, sondern kann nur im Innern erfahren werden.

In diesem Vers ist die Natur ein Spiegelbild der inneren Erfahrung, ebenso wie die Erfahrung des Geistes sich der Symbolik der Natur bedient, um sich mitteilbar zu machen.

Schilderungen der Vergangenheit und Gegenwart, von Eindrücken und Einsichten gehen fließend ineinander über. Die Linearität der Zeit spielt keine Rolle mehr. Ob es um die Rückkehr in die Bergeinsamkeit während der späten Lebensjahre geht oder um innere Einkehr inmitten einer geschäftigen Welt: das Motiv ist das ruhige Verweilen, das Nicht-Anhaften, das Geschehen lassen der Dinge und die Suche nach Einsicht, die aus der Stille kommt. (II-3, II-6).

## Arbeitsgruppe III

### (Arbeitsblätter III-1 bis III-4)

## Die Haiku-Dichtung

Haiku-Verse verstehen und analysieren. Anleitung für das Verfassen von Haikus.

Arbeitsaufgaben:

1. Erklären Sie in ihren eigenen Worten was ein Haiku ist. Durch welche formalen und ästhetischen Merkmale zeichnet sich diese Kunstform aus.

Haikus sind japanische Kurzgedichte, die aus 17 japanischen Lauteinheiten bestehen und im Deutschen zumeist als Dreizeiler mit 5-7-5 Silben übersetzt bzw. originär verfasst werden. Sie bedienen sich der Gegenwartsform und assoziieren ausgewählte Wahrnehmungen mit bestimmten Gefühlen oder philosophischen Schlussfolgerungen, die den Leser oder Hörer zum Nachdenken anregen. Das Haiku selbst ist jedoch frei von Deutungen. (III-1).

2. Lesen Sie die Haikus auf den Arbeitsblätter III-2 - III-3. Wählen Sie 2-3 Haikus aus, erklären Sie die formale Struktur und interpretieren Sie diese Verse.

1. Beispiel:

*So viele Dinge*

*Ruft ins Gedächtnis mir*

*Die Kirschblüte.*

*(Matsuo Bashô)*

Der Verfasser beginnt nicht mit dem Anblick der Kirschblüte, sondern der Schilderung vieler (vielleicht auch verwirrender) Eindrücke in seinem Gedächtnis. Erst in der dritten Zeile verrät er, dass es die Kirschblüte war, die diesen Gedankensturm in ihm entfachte. In Japan gibt es sehr viele Kirchbäume. Wenn im April ihre Blüten zur Erde rieseln, sieht es oft aus, als würde es schneien, vor allem wenn dann noch der Boden weitflächig von ihnen bedeckt ist. Die weiße Blüte wird mit Reinheit assoziiert und auch mit Vergänglichkeit. So fallen die in Japan weit verbreiteten die Blüten der Zierkirschbäume zur Erde, ohne eine Frucht hervorzubringen. Dieses Haiku lässt auch erkennen, wie sehr die Symbolik dieses Verses und sein Verständnis von dem Kultur Japans geprägt ist. (III-2).

## 2. Beispiel:

Gewöhnlich sterben

Gottesanbeterinnen

Auf dem dürren Feld

*(Kikaku)*

Es ist bekannt, dass Gottesanbeterinnen ihren Partner unmittelbar nach dem Geschlechtsakt verspeisen. Er hat seine Aufgabe erfüllt und das Weibchen braucht Eiweiß und andere Nährstoffe für die Eiablage. Das „dürre Feld“ deutet an, dass Pflanzen, die Früchte getragen haben, danach oft verdorren. Liebe und Tod sind so untrennbar miteinander verbunden wie Fortpflanzung und Verfall. (III-3).

## 3. Beispiel

*Sonnenuntergang.*

*Die leuchtenden Gesichter*

*verblässen wieder.*

*(Udo Wenzel)*

Ein westliches Haiku. Ein Tag neigt sich dem Ende zu. Im Licht der Abendsonne sind alle Farben warm und freundlich. Es sind Momente der Schönheit und ruhigen Freude. Die Last des Tages schwindet und Besinnlichkeit breitet sich aus im Geist. Gerne möchte man sie festhalten, doch sie verweilt nicht. Wenn die Sonne weiter sinkt, verblasst die Schönheit und das Wohlfühl schwindet. Wenn das Leben am Schönsten ist, ist auch sein Ende am Nächsten. Dieses Haiku erinnert an einen Satz von Franz Kafka: „Man sieht die Sonne langsam untergehen und erschrickt doch, wenn es plötzlich dunkel ist.“ (III-3).

3. Lesen Sie die Anleitung auf Arbeitsblatt III-4 und versuchen Sie selbst einen oder mehrere Haikus zu verfassen.

Da es vor allem um die Entfaltung von Inspiration und Kreativität geht, sollte die Lehrkraft darauf verzichten, die Hervorbringungen der Lernenden zu kommentieren, abgesehen von Hinweisen, falls Länge und Struktur zu stark von dem abweichen, was üblicherweise der Haiku-Gattung zugeordnet wird.

4. Tauschen Sie die von Ihnen verfassten Verse mit Mitstudierenden Ihrer Arbeitsgruppe und bringen Sie in Erfahrung, wie die von Ihnen verfassten Zeilen auf diese wirken. Geben Sie auf gleiche Weise Rückmeldung zu Haikus, die Sie zum Lesen erhalten haben.

--

## Arbeitsgruppe IV

### (Arbeitsblätter IV-1 bis IV-4)

## Kōans

Paradoxe Aussagen, um erleuchtete Einsichten zu erzeugen. Was sagen sie mir?

Arbeitsaufgaben:

1. Erklären Sie mit ihren eigenen Worten was ein Kōan ist und durch welche Eigenschaften es sich auszeichnet.

Kōans sind Fragen oder kurze Feststellungen in der Tradition des Chan- und Zen-Buddhismus. Zumeist gehen sie auf Geschichten oder bekannte Lehrer-Schüler-Dialoge der Vergangenheit zurück. Sie enthalten fast immer ein Paradox und lassen sich über das normale Alltagsdenken weder verstehen noch auflösen. (IV-1).

2. Welche Funktion erfüllen Kōans im Rahmen der religiösen Praxis des Chan- bzw. Zen-Buddhismus und wie werden sie eingesetzt?

Der Meister gibt einen Kōan an seinen Schüler, um ihn zu einer tieferen meditativen Erfahrung zu führen. Doch soll dieser das Kōan nicht durch rationales oder logisches Denken auflösen, sondern sich in diese Aufgabe hineinversenken oder hinein empfinden, bis urplötzlich eine intuitive Einsicht über ihn kommt. Oft ist eine tiefe Erschöpfung der Anlass einer solchen. Im Chan- bzw. Zen-Buddhismus glaubt man, dass allein der Meister beurteilen könne, ob der Schüler eine „echte“ Erfahrung mit dem Kōan gemacht hat. Es handelt sich also um keine dialogische Beziehung, sondern ein Machtverhältnis, in dem nur eine Seite die höchste Definitionsgewalt besitzt. (IV-1, IV-2).

3. Was wird über mögliche Verwendungen von Kōans im Alltagsleben gesagt und wie beurteilen Sie die Einschätzung?

Man soll einen Kōan auswählen, durch den man sich irgendwie angesprochen fühlt und dann jeden Tag eine Zeitlang darüber nachdenken. Auch alltägliche Situationen soll man nutzen, um den Kōan als Möglichkeit zur Selbstreflexion zu nehmen. (IV-2).

Raum für Artikulationen der Lernenden.

4. Lesen Sie die Kōans auf den Arbeitsblättern IV-3 und IV-4. Wählen Sie einige davon aus. Wie verstehen Sie diese Aussagen? Unternehmen Sie den Versuch einer Deutung!

Ein: Beispiel:

„Wenn alle Dinge aufhören zu existieren, wohin gehst du“?

Das Paradox liegt darin: Wenn alle Dinge aufhören zu existieren, existiere auch ich nicht mehr. Wohin kann ich noch gehen, wenn nichts mehr existiert und es daher auch zwischen *hier* und *dort* keinen Unterschied mehr gibt. Dieser Kōan stößt den Übenden auf die Frage des „Wer bin ich eigentlich?“, die Frage nach dem eigenen Selbst. Er kann sich aber nicht außerhalb seiner Selbst stellen, um sie zu beantworten, denn ohne das fragende und denkende Selbst gäbe es ihn ja gar nicht. Aus dem Nichts kann man nur das Nichts betrachten, nicht aber das Seiende. Aber sobald man das Nichts betrachtet, ist es ein Etwas geworden und damit nicht mehr nichts. Und auch der Betrachtende existiert ja noch! Der Übende kann für eine lange Zeit logisch und rational über diese Frage nachsinnen, wird aber am Ende immer wieder auf deren Unbeantwortbarkeit gestoßen.

Er muss es also auf andere Weise versuchen: Wie kam das Kōan zu ihm? Der Adept war auf der Suche nach etwas, traf dann den Meister, der ihn in seiner Methode unterwies und damit ein Beziehungsverhältnis etablierte. Das Problem entstand, weil es ihn, den Suchenden, das Objekt der Suche und den Meister als dritte Dimension der Vermittlung beider gibt, die alle getrennt voneinander existieren. Oder existieren sie auf einer höheren Ebene der Wirklichkeit vielleicht gar nicht getrennt voneinander?

Es geht bei diesem (wie bei jedem Kōan) nicht um eine logische Erklärung, sondern die Initiation einer Erfahrung. Der Übende muss sich als Teil des Dilemmas begreifen, über das er nachsinnt. Erst wenn der Kopf zu einer Schale wird, die überläuft, kann es zu einer Einsicht kommen, welche aber nicht in Worte zu fassen ist. Und das ist die Antwort. (IV-3).

## Weitergehende Themen

Die buddhistische Lyrik ist nicht im Kontext europäischer Kulturen entstanden.

Manchen Texten haftet so unweigerlich ein gewisses Maß an Fremdheit an. Da sie jedoch universelle menschliche Anliegen thematisieren, vermittelt diese Kunstform zugleich eine große Nähe. In der Parallelität von Fremdheit und Nähe liegt eine spezifisch westliche Form des Zugangs zu dieser alten asiatischen Weisheitstradition, die in weiteren Lernschritten ergebnisoffen bearbeitet werden kann.

Dazu drei Anregungen:

1. Buddhismusrezeption in der westlichen Dichtung am Beispiel von Rainer Maria Rilke.

Von Rainer Maria Rilke (1875-1926) sind drei Gedichte über den Buddha überliefert, die in der deutschen Literatur einzigartig sind. Er war einer der ersten deutschsprachigen Dichter, die vom Buddhismus fasziniert waren und Brücken zum Westen bauten.

Empfehlenswerte Literatur zu Rilke und Buddhismus:

- Karl-Josef Kuschel (2010): Rilke und der Buddha - die Geschichte eines einzigartigen Dialogs. Gütersloh.
- Park, Jinhyung (1999): Rainer Maria Rilkes Selbstwerdung in buddhistischer Sicht. Ein literatur- und religionswissenschaftlicher Beitrag zu einem neuen Rilke-Verständnis, Frankfurt a.M./Bern/ New York/Paris.

Ein zu thematisierender Aspekt wäre u.a. Rilkes der buddhistischen Lehre nicht ganz angemessene Deutung von Buddhaschaft als „göttliche Potenz“. Im Buddhismus gibt es keinen welterschaffenden Gott.

Das folgende Arbeitsblatt enthält eines des Buddha-Gedichte Rilkes sowie eine Interpretation dieses Verses von Johannes Heiner.



Rainer Maria Rilke

*Buddha in der Glorie*

Mitte aller Mitten, Kern der Kerne,  
Mandel, die sich einschließt und versüßt, -  
dieses Alles bis an alle Sterne  
ist dein Fruchtfleisch. Sei begrüßt.

Sieh, du fühlst, wie nichts mehr an dir hängt;  
im Unendlichen ist deine Schale,  
und dort steht der starke Saft und drängt.  
Und von außen hilft ihm ein Gestrahle,

denn ganz oben werden deine Sonnen  
voll und glühend umgedreht.  
Doch in dir ist schon begonnen,  
was die Sonnen übersteht.

KA I, 586 Letztes Gedicht aus den *Neuen Gedichten*

Hinweis: Mandel hat hier auch die Bedeutung von *Mandorla*. Das ist ein Fachbegriff aus der Kunstgeschichte und bezeichnet eine Glorie oder Aura rund um eine ganze Figur.

Rainer Maria Rilke hat auch Gedichte im Haiku-Stil verfasst. Inspiriert durch französische Veröffentlichungen wurde sein Interesse an dieser japanischen Versform inspiriert:

Kleine Motten taumeln schauernd quer aus dem Buchs;  
sie sterben heute Abend und werden nie wissen,  
dass es nicht Frühling war.

Quelle: <https://haiku.de/ueber-haiku/> (3.2.2024)

## Interpretation des Rilke-Gedichts über Buddha von Johannes Heiner (2014)

Rilkes Vision ist, dass alle „heiligen Dinge“ dieser Welt, die Malerei der italienischen Renaissance, die russische Ikonenmalerei, die gotische Baukunst, diesem Mittelpunkt von innen her zustreben. Der zweite Vers der ersten Strophe formuliert diese Sichtweise: Mandel, die sich einschließt und versüßt – und weitet dieses Bild ins Kosmische - dieses Alles bis an alle Sterne / ist dein Fruchtfleisch. Sei begrüßt.

Die Mandel ist eine Grundfigur für die Vollendung des Göttlichen im Irdischen. Im Begriff Mandorla ist die Mandel mit enthalten. Man erinnert sich an den verklärten Christus in der Mandorla an den Portalen in Chartres und Paris. Nun tritt Buddha an seine Stelle.

Nach dieser Apotheose des Buddha in den ersten drei Zeilen wirkt die letzte Zeile „Sei begrüßt“ ziemlich verblüffend. Es gibt keinen Pilger mehr, der sich dem Buddha in Demut nähern würde; es gibt keine Reue mehr für irgendwelche „Sünden“; es gibt nur noch ein aufgerichtetes Du, das dem göttlichen Nicht-Ich gegenübertritt. Aus diesem Gegenübertreten auf Augenhöhe spricht ein Dichter-Pilger Rilke, der davon überzeugt war, dass es darum geht, nicht Anhänger einer Religionslehre zu sein, sondern sie in sich selbst zu verwirklichen und dadurch unabhängig zu bleiben.

Die zweite und die dritte Strophe knüpfen in der Wahl der Metaphern an die erste an und vollenden sie. Dabei verlagert sich die Aufmerksamkeit auf das mit dem „Unendlichen“ Gemeinte. Das Sein, von dem der Buddha Zeugnis gibt, ist nicht das materielle, sondern das geistige kosmische Sein. Man denke hier an den Begriff des Unsichtbaren in seiner für das Spätwerk von Rilke tragenden Bedeutung. Die Dichter sind die „Bienen des Unsichtbaren“. Sie verwandeln in ihrer Dichtung und Kunst die sichtbare materielle Welt in die unsichtbare geistige. Die „Sonnen“ gehören noch der physischen Welt an. Doch was sich im Innern des Buddha („in dir“!) ereignet, trägt das Gepräge der Zeitlosigkeit.

Quelle: [http://www.lyrikrilke.de/index.php?option=com\\_content&view=article&id=541&Itemid=200](http://www.lyrikrilke.de/index.php?option=com_content&view=article&id=541&Itemid=200) (6.12.2023).

## 2. Westliche Buddhismusrezeption am Beispiel eines Gedichts von Jack Kerouac (1922-1969), einem Vertreter des Beatnik-Zen in den USA

In den USA kam in den 1950er und 1960er Jahren der sogenannte Beatnik-Zen auf, eine Richtung, welche sich auf die rebellischen Momente des ursprünglichen Zen berief und diesen als gesellschaftskritische Bewegung, angetrieben von Motiven innerer Freiheit zu rekonstruieren versuchte. Jack Kerouacs war einer ihrer prominenteste Vertreter. Seine Verknüpfung des Zen mit dem freien und ungebundenen Leben von durch die Lande ziehenden „Hobos“ und Rucksack-Wanderern versinnbildlicht die Unmittelbarkeit des Zen als ein Aufbegehren gegen das Leben im Mainstream der amerikanischen Gesellschaft und ist gleichzeitig ein Ausdruck des Protests gegen den alles durchdringenden Materialismus während der Ära des Kalten Krieges.

Kerouacs Assoziation des Zen mit Freiheit und Aufbegehren gegen eine repressive Gesellschaft ist allerdings sehr weit entfernt vom Rigorismus, der militärischen Disziplin und (zu vielen Zeiten) staatstragenden Rolle des historischen Zen in Japan. Von Zen-Traditionalisten später des „Eskapismus“, der „Provokation“ und des „Missbrauchs“ gegeißelt, hat der Beatnik-Zen aus der Retrospektive betrachtet dennoch sehr zur Akzeptanz und Popularisierung des Buddhismus in der amerikanischen Gesellschaft beigetragen. In den 1960er Jahren entstanden überall in den Vereinigten Staaten zenbuddhistische Zentren, welche sich dann jedoch zumeist streng an den japanischen Vorbildern orientierten. Der „Zen der Revolte“ gehörte schnell wieder der Vergangenheit an. Der Hippie-Zen, beflügelt von der Gleichheit aller Wesen in der Buddha-Natur, blieb nur eine relativ kurze Episode.

Zum (Zen-)Buddhismus im Werk von Jack Kerouac siehe zum Beispiel David Renz: [https://www.academia.edu/9778534/\\_Zen\\_Buddhismus\\_im\\_Werk\\_von\\_Jack\\_Kerouac](https://www.academia.edu/9778534/_Zen_Buddhismus_im_Werk_von_Jack_Kerouac)

### *Gedicht von Jack Kerouac (1960)*

Das Leben ist krank

Hunde husten

Bienen segeln

Vögel hacken

Bäume sägen

Wälder weinen

Menschen krepieren

Zecken probieren

Bücher lügen

Ameisen fliegen

Adieu meine Lieben

Quelle der deutschen Übersetzung: <https://lyrikzeitung.com/2022/03/12/jack-kerouac-100/> (16.12.2023)

### 3. Ein buddhistisch inspirierter Vers von Wilhelm Busch (1832-1908)

#### **Samsara III („Tröstlich“)**

Die Lehre von der Wiederkehr

Ist zweifelhaften Sinns.

Er fragt sich sehr, ob man nachher

noch sagen kann: Ich bins

Allein, was tut's, wenn mit der Zeit

Sich ändert die Gestalt?

Die Fähigkeit zu Lust und Leid

Vergeht wohl nicht so bald.

Quelle: Bhikkhu Mettiko (2008): Grundloses Herz. Geschichte und Gedicht der Tradition thailändischer Waldmönche. S.57.

#### **Hinweis für die unterrichtliche Bearbeitung**

Wilhelm Buschs Interesse am Buddhismus entsprang seiner Lektüre Schopenhauers. Aber er hegte Zweifel, ob die "seeligen Inseln" des Nirvana überhaupt zu erreichen sind. Zwar war er ein gläubiger Mensch, scheute sich aber nicht, bizarre Formen christlicher Bigotterie, wie etwa in der „frommen Helene“, satirisch aufs Korn zu nehmen. Auch beim Buddhismus zeigte er großen Spürsinn für wunde Stellen. So lotet dieser treffsichere Vers die ungelöste Frage nach der Identität des Wiedergeborenen auf humorvolle Weise aus. Wenn es nach der Anatta-Lehre kein Ich gibt, was wird dann eigentlich wiedergeboren? Buddha hatte auf die Frage nach dem Träger der Wiedergeburt keine klare Antwort gegeben, sondern im Gleichnis von der Weitergabe einer Flamme von einer Kerze auf eine andere eine über die Gleichzeitigkeit von Wandel und Kontinuität gesprochen. Busch wendet das nun ins Ironische: Egal was da und auf welche Weise auch wiedergeboren wird, es muss Lust und Leid in dieser Welt erfahren. Die Gestalten wandeln sich, aber die Begierde (bzw. die Fähigkeit zu begehren) bleibt.

# Arbeitsblätter

## **Arbeitsgruppe I**

Frühbuddhistische Dichtung aus dem Palikanon

Versdichtungen aus dem Sutta Nipāta

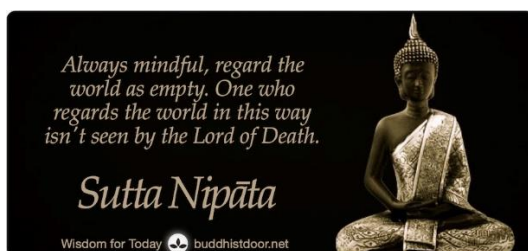
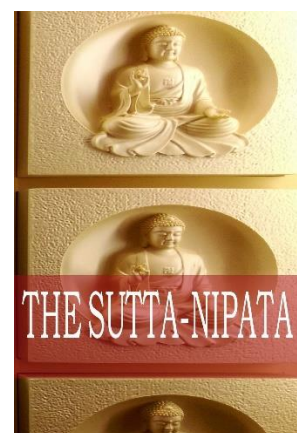
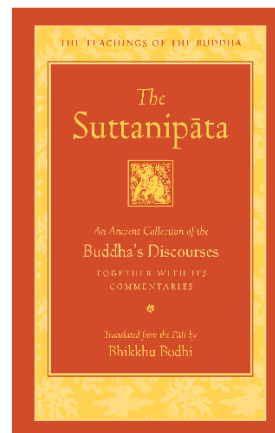
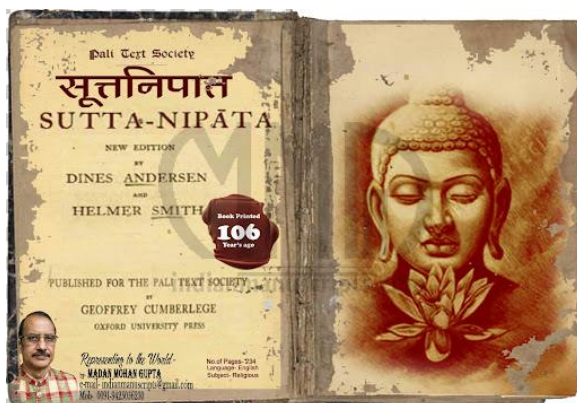
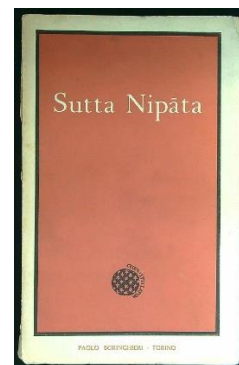
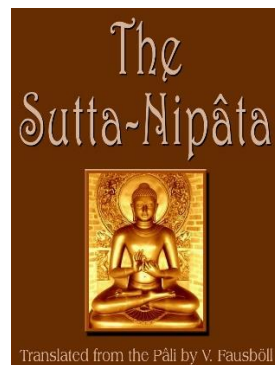
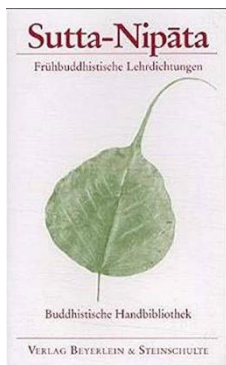
## Arbeitsblatt I – 1

### Das Sutta Nipāta

Das Sutta Nipāta ist Teil eines frühen Korpus buddhistischer Literatur. Es handelt sich um eine Sammlung der Lehreden Buddhas, die im Pali-Kanon des Theravada-Buddhismus enthalten ist. Diese Texte bestehen überwiegend aus Versdichtungen, wodurch sie sich von den anderen Pali-Sutten unterscheiden. Bereits zu Lebzeiten des Buddha sollen diese Verse häufig auswendig gelernt und rezitiert worden sein. Das Sutta Nipāta gilt als Lebensbegleiter, der den Menschen stetes Neues und Hilfreiches zu sagen hat. Anhand des Lebens eines Edlen wird dargestellt, wie man ein gutes und ethisches Leben entsprechend der Buddhalehre führen kann.

„Wie alle großen Weisheitsbücher des Ostens gründet es sich auf die Einsicht, daß es der Mensch selbst ist, der sich die Fesseln schmiedet, ebenso wie der Mensch imstande ist, sich Freiheit und Größe selbst zu schaffen.“

Zitatquelle: <https://ayana-book.com/produkt/sutta-nipata-fruehbuddhistische-lehrdichtungen-buddhistische-handbibliothek/> (28.1.2024).



Bildquelle: <https://twitter.com/Buddhistdoor/status/1255313309915635712> (6.12.2023).

## Arbeitsblatt I – 2

### Die Verse der ersten buddhistischen Heiligen (I)

#### *Betrachtungen der Zweiheit*

„ ... sprach ferner der Meister noch dieses:

Alle jene Formen, Töne, Säfte, Düfte und die Berührungen, Gedanken,

Soweit sie angenehm, erwünscht sind und erfreulich,

Wenn sie bestehen, gelten sie der Welt als Glück;

Und wenn sie schwinden, gilt es ihr als Leid

Als Glück erkennen es die Heiligen: Zunichtwerden dieses Ichgebildes;

Der ganzen Welt ist freilich dies zuwider, nicht aber denen, die verstehen.

Was Glück ist für anderen, leidig nennt's der Heilige,

Was leidig gilt den anderen, der Heilige weiß es als das Glück.

Sieh diese Lehre, die so schwer erkennbar!

Die Einsichtslosen sind hierbei verwirrt!

Wie Finsternis ist's denen, deren Blick verschleiert;

Und Dunkelheit für solche, die nicht sehen.

Den Guten aber ist es offenbar, gleichwie den Sehenden das Licht.

Obgleich so nahe, bleibt es fern den Toren,

Den Unerfahrenen in der Lehre bleibt es unverständlich!

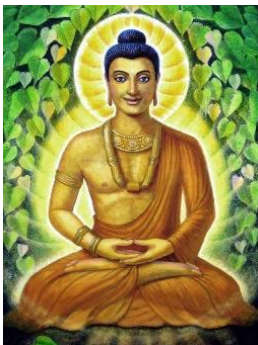
Die in der Daseinslust befangen, vom Daseins-Strome fortgerissen,

Die ins Bereich des Todes sind geraten, nicht leicht begreiflich ist für sie die Lehre.

Wer könnte, außer Heiligen, jene Stätte auch begreifen,

Wo Triebbefreite sind erlöst in höchster Weisheit!

Quelle: Sutta Nipāta. Frühbuddhistische Lehrdichtungen aus dem Pali-Kanon. Übersetzt, eingeleitet und erläutert von Nyanaponika (1996). Stammbach, S.169f.



Bildquelle <https://deepai.org/chat/siddhartha-gautama-buddha> (verändert) (6.2.2024)



## Arbeitsblatt I – 3

### Die Verse der ersten buddhistischen Heiligen (II)

#### *Alter*

Kurz, wahrlich, ist ja dieses Leben!

Man stirbt, eh' hundert Jahre um sind,

Und auch wer über dies hinaus lebt,

Auch er stirbt schließlich durch sein Alter.

Um das als ‚Mein‘ Geliebte klagen da die Menschen.

Doch dauernden Besitz, den gibt es nicht.

In der Veränderung nur hat diese Welt Bestand!

Wenn dies man weiß, so weilt man nicht im Hause.

Verloren wird's auch durch den Tod,

Wovon der Mensch glaubt: ‚Es ist mein!‘

Wenn weise dies mein Jünger hat erkannt,

Neigt er dem Mein-Gedanken nicht mehr zu.

Wie, was erschienen war im Traum,

Ein Mensch, der aufwacht, nicht mehr sieht,

So sieht man nicht mehr den geliebten Menschen,

Der hingschieden ist, vom Tod ereilt.

Die Menschen, die man sah und hörte,

Die man mit diesem, jenem Namen nannte,

Nur dieser Name wird von Ihnen bleiben,

Als Künder von dahingeschwundenen Menschen.

Nicht weicht das Sorgen, Klagen und die Habsucht  
Von denen, die nach Eigentum begierig.  
Daher der Muni, lassend jeglichen Besitz,  
Zieht hin, der (einzigen) Sicherheit gewahr.

Ein Mönch, der losgelöst im Innern,  
In abgeschiedener Wohnstatt lebt,  
Dies, sagt man, ist für ihn das Rechte,  
Daß er im Dasein nimmermehr sich zeigt.

Der Muni, der von allem unabhängig,  
Nicht Liebes schafft er sich und nicht, was unlieb.  
Nicht Klage haftet an ihm und nicht Habsucht,  
Wie Wasser nicht am Lotusblatte haftet.

So wie der Tropfen nicht am Lotusblatt,  
Wie an der Lotusblüte nicht das Wasser haftet,  
So kennt ein Muni auch kein Haften mehr  
An immer neuem Dasein, sei es hier, sei's drüben,  
Noch am Gesehenen, Gehörten, anderswie Erfahrenen

Wer abgeschüttelt hat, hegt kein Verneinen  
Bei allem, was gesehen, gehört und anderwie erfahren,  
Nicht sucht er andere Läuterung (als den Edlen Pfad).  
Er kennt Begier nicht und hegt nicht Abscheu.

Quelle: Sutta Nipāta. Frühbuddhistische Lehrdichtungen aus dem Pali-Kanon. Übersetzt, eingeleitet und erläutert von Nyanaponika (1996). Stambach, S.177f.

*„Muni“ bedeutet eigentlich „der Schweigende“. Gemeint ist jemand, der den buddhistischen Pfad geht und eine Lebensführung in der Stille von Gedanken, Worten und Taten pflegt.*

## Arbeitsblatt I – 4

### Die Verse der ersten buddhistischen Heiligen (III)

#### *Gewalt*

Gewalt zeugt Schrecken: seht die Menge hier im Kampf!

Von der Erschütterung will sprechen ich, wie sie empfunden ward von mir.

Erzittern sah ich dieses Volk, den Fischen gleich, wenn seicht ist das Gewässer.

Einander sich bedrängen sah ich sie – da hat mich Schrecken heimgesucht.

Vollkommen kernlos ist die Welt, alle ihre Teile sind durchzittert von Bewegung.

Ich suchte Heimatstatt für mich selbst, nicht sah ich eine unbewohnt.

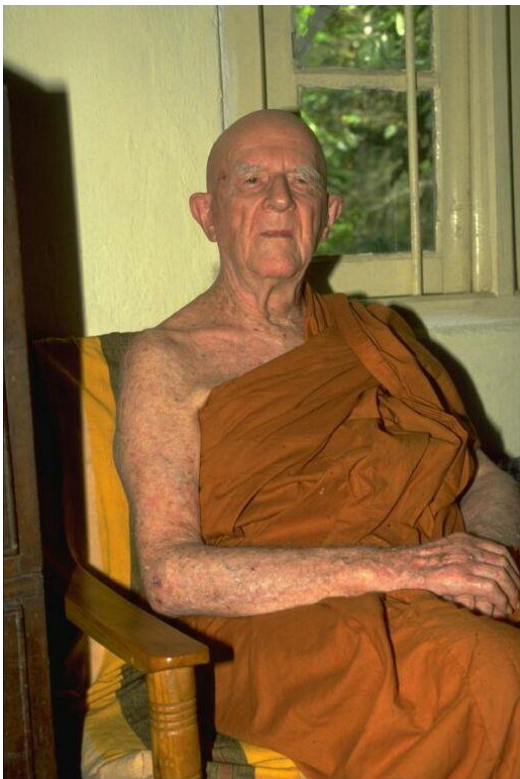
Als dann am Ende ich die Wesen in Bedrängnis sah, da kam der Ekel mir!

Den Stachel sah ich dann, der, schwer erkennbar, hier im Herzen steckt.

Von welchem Stachel man durchbohrt umher nach allen Seiten läuft,

Hat diesen Stachel man entfernt, dann läuft man nicht, versinkt man nicht.

Quelle: Sutta Nipāta. Frühbuddhistische Lehrdichtungen aus dem Pali-Kanon. Übersetzt, eingeleitet und erläutert von Nyanaponika (1996). Stambach, S.197.



Der Übersetzer Nyanaponika (1901-1994) wurde als Siegmund Feininger in Hanau geboren und war 57 Jahre lang Mönch in der Theravada-Tradition. Die meiste Zeit lebte er auf Sri Lanka.

Bildquelle: [https://de.wikipedia.org/wiki/Nyanaponika#/media/Datei:Nyanaponika\\_Maha\\_Thera.jpg](https://de.wikipedia.org/wiki/Nyanaponika#/media/Datei:Nyanaponika_Maha_Thera.jpg) (6.3.2024)

## **Arbeitsgruppe II**

### Die Lyrik des Chan-Buddhismus

Die Metaphorik von Chan-Versen

### Reimformen und Versgestaltung von Gedichten des Chan-Buddhismus

Ein wichtiges Gestaltungsmerkmal von Chan-Versen ist die Fokussierung auf den Augenblick und das subjektive Erleben, die beide wichtiger sind als die korrekte zeitliche Abfolge von Ereignissen. Das ausgelöste Gefühl selbst hat Vorrang vor den Objekten, die es auslösen. In einem nur vierzeiligen Vers finden sich scheinbar wahllos Eindrücke aller Jahreszeiten von blühenden Bäumen bis zu welkem Laub, das der Wind fortträgt. Verse beginnen mit dem Aufgang der Sonne und springen in der nächsten Verszeile unvermittelt zu ihrem Untergang. Eben noch ist der Dichter bei den Berggipfeln, im nächsten Moment schon beim endlos blauen Meer. Chan-Verse negieren oft die Zeit und Sequenzialität von Ereignissen. Nicht Geschehnisse und zeitliche Abläufe sind wichtig, sondern ihre Spuren und Eindrücke im gegenwärtigen Augenblick.

Die äußere Form dieser Dichtung ist relativ standardisiert. Es finden sich verschiedene Reimformen und Versmaße. Die meisten bestehen aus vier oder acht Verszeilen. Entsprechend dem klassischen chinesischen Stil gibt es u.a. *Juequ*-Verse (Kurzgedichte aus vier gereimten Zeilen) und *Lüshi*-Verse (Gedichte mit acht gereimten Zeichen zu je fünf oder sieben Schriftzeichen). Durch Lautverschiebungen in der Aussprache ist der ursprüngliche Reim vieler der alten Verse im modernen Chinesisch nicht mehr erhalten.

Ein weiteres formales Element der chinesischen Dichtung ist das Spielen mit Gegensätzen: polarisierende Bildpaare wie Nord und Süd, kalt und warm, weißer Schnee und rote Blüten, Bergeinsamkeit und geschäftige Städte werden in gegenüberliegenden Zeilen oder Abschnitten miteinander kontrastiert. Daneben spielen manche Verse mit den optischen Qualitäten der chinesischen Schriftzeichen, die sich in der Übersetzung nicht vermitteln lassen. Die chinesischen Originale leben von einer gelungenen Mischung aus opulenter Bildersprache und einprägsamen Versschema. Bei vielen Gedichten liegt im Bild die zentrale Botschaft oder es geht um die Darstellung einer Abfolge von Szenen und Wahrnehmungen, wobei Sprache und Stil stets einfach und schlicht sind. (hgw).



Das chinesische Schriftzeichen für „Erwachen“ (wù)

Bildquelle: <https://kakijun.jp/page/1099200.html> (6.3.2024)

## Arbeitsblatt II - 2

### Beispiel für einen chinesischen Chan-Vers (Vierzeiler)

Pu Ji (1178-1253) Rätsel (谜语)

遠看山有色  
斤聽水無聲  
春去花還在  
人來鳥不驚

Die fernen Berge farbenklar

Die nahe Quelle ohne Klang

Der Frühling ging, noch liegen Blüten

Ein Mensch kommt, doch der Vogel erschrickt nicht

Quelle: Wagner, Hans-Günter (2007): Wie die Wolken am Himmel – Die Dichtung des Chan-Buddhismus. Frankfurt/Main 2007, S.39.

### Hinweise zu einigen Schriftzeichen:

Berg (山), Wasser (水), Blüte (花), Vogel (鳥), Mensch (人), Frühling (春), nah (斤), fern (遠), kommen (來), gehen (去).



Bildquelle: [https://www.sohu.com/a/221777104\\_282982](https://www.sohu.com/a/221777104_282982) (31.1.2024).

## Arbeitsblatt II - 3

### Beispiel für einen chinesischen Chan-Vers (Achtzeiler)

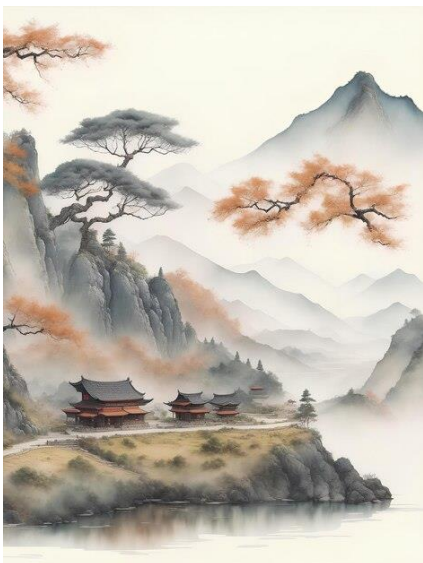
Wang Wei (701-761)

#### *Die Klause am Zhongnan-Berg*

Seit den mittleren Jahren widmete ich mich ganz dem Weg  
Im Alter zog ich mich zurück in die Stille der Südberge  
Wahre Freude erfährst du in deinem eigenen Herzen  
An diesem Ort erlangst du das Wissen der Leerheit  
Folge auf deinem Weg dem Lauf des Wassers  
Sitze still und siehe das Entstehen der Wolken  
Ohne Absicht traf ich im Wald einen alten Mann  
Ein paar Worte, ein Lächeln und ich vergaß die Rückkehr

Quelle: Unvollkommen die Worte und alle Rede darüber – Die Lyrik des Chan-Buddhismus – Band 1. Stammbach 2009, S.122.

Wang Wei (701-761) verbrachte viele Jahre seines Lebens als hochrangiger Mandarin am Hofe des Kaisers. Zeitweise hatte er die Stellung eines Ministerialbeamten inne. Er gilt als geistiger Wegbereiter der Südlichen Schule des Chan. Neben seiner dichterischen Tätigkeit war er auch ein bekannter Maler der Tang-Dynastie und ein begabter Musiker. In den letzten Jahren seines Lebens soll er sich ganz der Versenkung gewidmet haben. Bis heute zählt Wang Wei zu den bekanntesten chinesischen Poeten.



Bildquelle: [https://de.freepik.com/fotos-premium/traditionelles-chinesisches-haus-huegellandschaft-aquarellmalerei-tapete-orientalischer-hintergrund\\_65010204.htm](https://de.freepik.com/fotos-premium/traditionelles-chinesisches-haus-huegellandschaft-aquarellmalerei-tapete-orientalischer-hintergrund_65010204.htm) (6.2.2024).

## Arbeitsblatt II - 4

### Beispiel für einen chinesischen Chan-Vers (20-Zeiler)

Tao Yuanming (365-427)

#### *Rückkehr in den Garten der Natur*

Ich konnte mich nie anpassen an die weltlichen Sitten  
Die Liebe zu den Bergen entspringt meiner wahren Natur  
In den Fallstricken der Staubwelt hielt mich die Unwissenheit  
Im Nu verflossen so dreißig lange Jahre

Der Vogel im Käfig träumt vom Wald, aus dem er kam  
Die Fische im Teich sehnen sich nach der Weite des großen Wassers  
Im Süden zur Grenze hin wird das Land wild und öde  
Ich bewahre die Schlichtheit und kehre zurück in den Garten der Natur

Mein Haus ist umgeben von zehn *Mu* Land  
Nur ein paar Strohhütten stehen hier, sie liegen weit verstreut  
Der Schatten einer Ulme fällt hinter das Haus  
Vor dem Haus pflanzte jemand Pfirsiche und Birnbäume einst

In der Abenddämmerung ziehen Menschen durch das Dorf in der Ferne  
Aus den morschen alten Hütten steigt Rauch in den Himmel  
Von den fernen Gassen tönt das Gebell der Hunde herüber  
Im Maulbeerbaum kräht ein Hahn zu unpassender Zeit

Nichts hier ist befleckt vom Staub der Welt  
Das Haus ist leer. Gekommen ist die Zeit der Versenkung  
So lange war ich gefangen in einem Käfig  
Jetzt bin ich wieder zurückgekehrt in die Reinheit der Natur

Quelle: Unvollkommen die Worte und alle Rede darüber – Die Lyrik des Chan-Buddhismus – Band 1. Stammbach 2009, S.51f.





Bildquelle: <https://image.baidu.com/search/detail?ct=503316480&z=0&ipn=d&word> 陶渊明

Tao Yuanming (365-427) ist auch unter dem Namen Tao Qian bekannt und lebte zur Zeit der Östlichen Jin-Dynastie am Fuß des Lu-Gebirges unweit des heutigen Jinjiang in der Provinz Jiangxi. Er gilt als Begründer der „idyllischen Richtung“ in der chinesischen Dichtung. In seinem Hauptwerk vom „Pfirsichblütenquell jenseits der Welt“ (*Shiwai Taoyuan*) beschreibt er das glückliche Leben in einer utopischen Nische, in die ein Fischer zufällig durch eine Felsspalte gelangt war. Im Alter von 29 Jahren wurde Tao Yuanming Beamter, doch die Korruption und Verlogenheit seiner Umgebung machten ihm das ansonsten bequeme Beamtenleben unerträglich, und so kehrte er bald wieder in seine Heimat zurück. Für jeweils kürzere Zeiten übte er später noch andere öffentliche Ämter aus, suchte jedoch stets das einfache Landleben und lebte mehr recht als schlecht von der Feldarbeit, so die Überlieferung. Mit einundvierzig Jahren zog er sich vollständig aus dem öffentlichen Leben zurück und führte bis zu seinem Tode das Leben eines Eremiten. In seinen Versen preist Tao Yuanming die Schönheit und Vollkommenheit der Natur. Seine Verehrung von Schlichtheit und einfachen Leben haben unzählige Dichtergenerationen inspiriert, die auf ihn folgten.

## Arbeitsblatt II - 5

### Beispiel für einen chinesischen Chan-Vers (18-Zeiler)

Zhi Dun (314-366)

#### *Vers über das immerwährende Sehnen*

Als ich jung war, ging ich stolz einher, doch unwissend wie ein Toter  
So verging die Zeit, Tag um Tag, sinnlos verstrich Mond um Mond  
Vom Wind und von den Wogen des Lebens ward ich beinah verschlungen  
Dem Wechsel der Dinge folgte ich wie ein Vagabund den Wegen  
Doch später vernahm ich das erhabene Lied von den Wohltaten des mittleren Pfades  
Und ich begann zu ergründen die Schönheit und Erhabenheit des Verborgenen  
Das große und tiefe Geheimnis: mir war erlaubt, es zu erfahren  
Viele Jahre reiste ich durch das Land, seine Wahrheit vollständig zu ergründen  
Aus meinen Fehlern und Unzulänglichkeiten lernte ich mich zu entwickeln  
In der Übung der Gelassenheit fand ich schließlich den inneren Frieden  
Einsam und abgeschieden lebte ich. So wurde mein Geist rein wie ein Kristall  
Aus der Leere erstrahlte in hellem Licht meine innere, wahre Natur  
Lange verweilte ich in der Übung der Stille bis alle Gefühle restlos schwanden  
In der Tiefe meines Sehns alle Dinge erneuert im leuchtenden Glanz  
Zögerlich und unentschlossen blicke ich heute auf die Welt der Erscheinungen  
Noch immer stehe ich am Anfang, der Ochse noch nicht ganz erschaut  
Die Tiere lieben und hegen ihre Schuppen und ihre Federn  
Heute ließ ich zurück den Köcher mit all den Dingen darin

Quelle: Unvollkommen die Worte und alle Rede darüber – Die Lyrik des Chan-Buddhismus – Band 1. Stammbach 2009, S.46f.



Zhi Dun (314-366) war ein Dichtermönch und buddhistischer Gelehrter zur Zeit der Östlichen Jin-Dynastie. Schon in jungen Jahren liebte er das Studium der Sutren und zog sich zur Meditation in abgelegene Berggegenden zurück. Mit 25 Jahren wurde er Mönch. Mit berühmten Dichtern und Kalligraphen seiner Zeit wie Wang Xizhi stand er im regen Austausch. In vielen seiner Verse wird die in der Natureinsamkeit erfahrbar Stille zur Metapher der Chan-Versenkung. Zhi Dun ist auch unter dem Namen *Zhi Daolin* bekannt.

Bildquelle:  
(11.2.2024).

<https://baijiahao.baidu.com/s?id=1708718001889514190>

## Arbeitsblatt II - 6

### Einige Hinweise zur Symbolik von Berg, Wasser, Mond und Wolken in der Chan-Dichtung

Die Kühle des Mondes verkörpert den Frieden des Nirvana und die Erlösung aus der Hitze des Kreislaufs der Wiedergeburten. Wie sich das Bild des Mondes auf allen Wassern spiegelt, so ruht die erleuchtete Natur des Buddha in allen Wesen. Im Bild des Mondes wird das Potential zur Erleuchtung ausgedrückt. Viele Texte betonen dabei allerdings, dass der Mond nicht das Gleiche wie sein Abbild ist, die auf ihn weisende Hand nicht das Himmelsgestirn selbst.

Berge und Wasser sind in der gesamten chinesischen Dichtung, insbesondere jedoch der Chan-Lyrik, Symbole reiner Natur und des Ursprünglichen. Bergpfade sind Metaphern des Strebens nach Erleuchtung. Im Allgemeinen beschreibt das Bild des Pfades sowohl den eigenen Lebenslauf als auch den buddhistischen Erlösungsweg, die in Übereinstimmung zu bringen, das vornehmste Ziel der Lehre ist. Kalte Winterberge sind Orte der Läuterung, die Erstarrung sinnlicher Wahrnehmung ermöglicht gleichsam den Weg zum Erwachen. Winterkälte gilt als Erfahrung, welche die Reinheit und Klarheit des Geistes fördert.

Wasser steht ebenso wie kalte Winterberge für Reinheit und Reinigung. Ein Teich repräsentiert die Tiefe des Geistes, ein Wasserfall oder Fluss die rasche oder allmähliche Veränderung aller Dinge und damit ihre Unbeständigkeit. Der Lauf des Wassers, von der Quelle über den Fluss ins Meer und von dort zurück zu den Wolken, gilt als Gleichnis für den naturgesetzlichen Prozess, dem zu folgen ist. Gleich dem Bergpfad, so steht auch das Bild des Flusses für die Windungen und Wendungen auf dem Weg zur Erleuchtung. Oft symbolisiert der Fluss zudem eine Grenze zwischen den Erfahrungswelten des Innen und Außen, wobei das Ufer den Übergangsbereich zwischen den Welten markiert.

Neben Wasser, Mond und Bergen entdeckt man in den buddhistischen Texten Chinas immer wieder das Bild der am Himmel vorbeiziehenden weißen Wolken. Mit großer symbolischer Bedeutung aufgeladen sind diese fragilen Gebilde. Ihre vergängliche Natur soll an das menschliche Dasein erinnern. Alles was besteht, entstand aus Gründen und verschwindet wieder, wenn diese erschöpft sind, gleich den Regenwolken, die sich aus verdunstetem Wasser formen und im Spiel von Sonne und Wind schließlich wieder auflösen. Wie die Wolken, die aufziehen und die sich wieder gänzlich in nichts auflösen, so ist alles Leben unbeständig und ohne bleibendes Selbst. Alles ist letztlich den Wolken gleich – frei von einem Selbst und ohne Substanz. In der Chan-Lyrik sind Wolken vor allem Metaphern für Selbst- und Ichlosigkeit, bisweilen auch für Vernebelungen des Geistes und für die Vergänglichkeit aller Dinge. An den Decken der Klöster und auf den Wandgemälden sieht man oft Wolkenmotive, an dieser Stelle sollen sie den Segen der Lehre zeigen: Gleich dem Regen, den sie spenden und der alles zum Wachsen bringt, schafft die Buddhalehre unerschöpfliche Wolken des Segens für alle, die ihr folgen. (hgw).



Bildquelle: [https://www.sohu.com/a/316925580\\_652605](https://www.sohu.com/a/316925580_652605) (2.3.2024).

## **Arbeitsgruppe III**

### Die Haiku-Dichtung

Haiku-Verse verstehen und analysieren. Anleitung für das Verfassen von Haikus.

## Arbeitsblatt III - 1

### Was sind HAIKUS?

Bei einem Haiku handelt es sich um die kürzeste Gedichtform der Welt. Sie besteht aus nur 17 japanischen Lauteinheiten (Moren), was ungefähr zehn bis 14 deutschen Silben entspricht. Das Haiku zeichnet sich zum einen durch seine Form und zum anderen durch seinen Inhalt aus. Es handelt sich um einen Dreizeiler, der sich in 5-7-5 japanische Lauteinheiten unterteilt.

Auf Deutsch galt lange die Vorgabe, Haikus dreizeilig mit 5-7-5 Silben zu schreiben. Da Silben jedoch nicht mit japanischen Lauteinheiten gleichzusetzen sind, wurde diese Richtlinie mittlerweile aufgelockert. Schon Wörter mit zwei Silben können mitunter fünf Moren enthalten.

Darum nutzen deutsche Autoren meist 10 bis 14 Silben für ein Haiku und erzeugen so den gleichen Informationsgehalt wie das traditionelle japanische Kurzgedicht.

### Weitere Merkmale:

- Zeitform: Präsens
- Motive: oft Jahreszeiten und Gefühle (häufig implizit durch Andeutung mittels Symbolen)
- Benennung konkreter Gegebenheiten und Augenblicke (die scheinbar in der Gegenwart stattfinden)
- Gefühle werden nicht direkt erwähnt und sollen sich erst beim Lesen entwickeln
- Offenheit: Nach dem Lesen des Gedichts sollte ein Nachhall bleiben, etwas Ungesagtes, offen Gelassenes.
- Form: Endreime oder Überschriften gibt es beim Haiku nicht.

Symbole spielen in Haikus allgemein eine wichtige Rolle. Bestimmte Gegebenheiten werden mit bestimmten Gefühlen oder kulturellen Themen assoziiert, beispielsweise herabfallende Blätter für Vergänglichkeit und prasselnder Regen für den Tod.

Quelle: <https://www.schreiben.net/artikel/haiku-4017/> (11.2.2024) (stark gekürzt und überarbeitet).



Bildquelle: <https://studyliflix.de/deutsch/haiku-gedicht-7271> (22.3.2024)

## Arbeitsblatt III - 2

### Beispiele für Haikus

*Komm, lass uns gehen  
Schnee schauen, Sake trinken  
Taumeln wie Flocken  
(Matsuo Bashô)*

*So viele Dinge  
Ruft ins Gedächtnis mir  
Die Kirschblüte.  
(Matsuo Bashô)*

*Orangenbäume  
und hier und dort im Felde  
Der Ruf des Kuckucks.  
(Matsuo Bashô)*

*Das Riedgras sinkt.  
Das Auge sieht  
die Kälte wachsen.  
(Issa)*

Quelle: <https://www.schreiben.net/artikel/haiku-4017/> (22.12.23).

*Gewöhnlich sterben  
Gottesanbeterinnen  
Auf dem dürren Feld  
(Kikaku)*

Quelle: Kotani, Yukio (1980): Bascho, Goethe und das symbolische Denken, in: Volker Zotz (Hg.): Schnittstellen. Buddhistische Begegnungen mit Schamanismus und westlicher Kultur. Norderstedt, S. 105-120, S.118.



Bildquelle: <https://www.susanne-heinen.de/post/5-7-5-das-haiku-viel-seele-in-wenigen-worten> (3.2.2024).



## Arbeitsblatt III - 3

### Haikus aus dem Westen

*Sonnenuntergang,  
Die leuchtenden Gesichter  
verblassen wieder.*

(Udo Wenzel)

*Winter  
Eiszapfen hängen  
Schnee bedeckt den kalten Boden  
Gemütlich am Feuer*

*Sommer  
Tage am Strand verbracht  
Nächte damit verbracht, Glühwürmchen zu fangen  
Sommerzeit macht Freude*

*Fallen  
Herbstlaub im Wechsel  
Bald kommt Halloween  
Knackig kühle Luft ist da*

Quelle: <https://www.storyboardthat.com/de/genres/haiku> (22.12.23)



Bildquelle: <https://begegnungen-bewegungen.de/haiku/> (3.2.2024)



## Arbeitsblatt III - 4

### Haikus selbst verfassen – Eine kurze Anleitung



#### *Haiku schreiben: So geht's*

Haikus erscheinen auf den ersten Blick recht leicht zu verfassen zu sein. Es gibt jedoch einige Regeln, die du beim Schreiben beachten musst, um ein richtiges Haiku zu formulieren.

Neben seiner speziellen Form, bezieht sich der Inhalt oft auf bestimmte Themengebiete – in erster Linie die Natur und Jahreszeiten. Natürlich kannst du für ein modernes Haiku von diesem Themenfeld abweichen. Für ein traditionelles Haiku solltest du jedoch die üblichen Themen abdecken.

#### *Inspiration in der Natur suchen*

Falls dir die Inspiration für ein geeignetes Thema fehlt, kannst du in der Natur neue Eindrücke sammeln und dich von den natürlichen Vorgängen in der Natur inspirieren lassen. Du kannst eine lange Wanderung unternehmen oder dich auch nur gemütlich in den Garten setzen.

Wichtig ist, dass du dir Zeit und die nötige Ruhe nimmst, um die äußeren Eindrücke mit all ihren Details wahrzunehmen. Oft wird ein scheinbar unspektakuläres Ereignis detailreich beschrieben, wie beispielsweise der Sprung eines Frosches in einen Teich. Mithilfe dieser Natureindrücke strahlen Haikus Gelassenheit aus.

#### *Haikus lesen*

Um dir ein Bild von der Form, Symbolik und den Inhalten des Haikus zu machen, kannst du dir vor dem Schreiben einige Haikus durchlesen und sie als Inspirationsquelle nutzen.

Du kannst versuchen, den tieferen Sinn zu deuten und dich mit der Symbolik und den beschriebenen Ereignissen vertraut zu machen. Versuche, dich bei deinen ersten Schreibversuchen an diesen Haikus zu orientieren, um inhaltlich und formal die Vorgaben einzuhalten.

#### *Gedichtform beachten*

Die Form nimmt bei einem Haiku eine zentrale Rolle ein und sorgt dafür, dass dein Gedicht als Haiku erkannt wird.

Natürlich kannst du die traditionelle Form im Deutschen nicht 1:1 kopieren, dennoch solltest du dein Bestmögliches geben, um dein Kurzgedicht als Haiku erkennbar zu machen. Halte es darum dreizeilig und versuche die mittlere Zeile etwas länger als die beiden anderen zu formulieren.

#### *Lass deine Sinne sprechen*

Haikus beschreiben einen bestimmten Gegenstand oder vielmehr einen Augenblick oft mit allen Sinnen. Begib dich daher in die Natur und nimm deine Eindrücke mit allen Sinnen wahr. Diese Sinneswahrnehmungen können dir später dabei helfen das Erlebte und die damit einhergehenden Gefühle in Worte zu fassen.

Konzentriere dich dabei nicht nur darauf, wie der Gegenstand aussieht, sondern auch wie er riecht, schmeckt und sich anfühlt. So kannst du noch ein genaueres Bild zeichnen und dem Leser deine eigenen Gefühle näher bringen.



#### *Formuliere dein Haiku bildhaft*

Allgemein solltest du dein Haiku sehr bildhaft formulieren. Damit kannst du deinem Gedicht eine tieferliegende Bedeutung geben. Haiku-Autoren - auch Haijin genannt - arbeiten oft mit einer tieferliegenden Symbolik.

Bestimmte Natursymbole stehen für religiöse und gesellschaftliche Themen, die auch du in deinen Haikus aufgreifen kannst. Auf den ersten Blick scheinen die Kurzgedichte nur bestimmte Naturphänomene zu beschreiben, bei näherer Analyse kannst du dahinter jedoch ein tiefgründiges Thema entdecken, das zum Nachdenken anregt.

Wichtig ist, dass du dem Leser Interpretationsspielraum lässt und deine Intention nicht ausformulierst. Auch deshalb ist das Haiku auf drei Verse beschränkt.

#### *Richtige Zeitform verwenden*

Haikus beziehen sich immer auf die Gegenwart und sollten darum auch stets im Präsens formuliert sein. Dein Haiku sollte sich so anhören, als würdest du den beschriebenen Augenblick in diesem Moment beobachten und wiedergeben. Darum wird dieses Ereignis auch stets konkret benannt.

Mitunter wird an eigene Erlebnisse des Lesers appelliert, der das Haiku somit mit seinen eigenen Erfahrungen komplettiert.

#### *Mit der letzten Zeile überzeugen*

Die letzte Zeile des Haikus formt das Gedicht noch einmal maßgeblich, denn sie sorgt mitunter für die eine oder andere Überraschung und gibt in manchen Fällen sogar erst den beschriebenen Gegenstand preis. Mit dieser Zeile wird also erst Raum zur Analyse geschaffen.

In manchen Fällen sorgt sie auch für eine humorvolle Wendung. Dein Haiku kann also mitunter auch lustig sein und muss nicht unweigerlich zum Nachdenken anregen.

Moderne Haikus weichen außerdem oft von den ursprünglichen Themen und mitunter sogar der Form ab, so dass du in deinen Haikus auch persönliche Probleme und Interessen einbringen kannst.

Quelle: <https://www.schreiben.net/artikel/haiku-4017/> (6.12.2023).

## **Arbeitsgruppe IV**

Kōans

Paradoxe Aussagen, um erleuchtete Einsichten zu erzeugen. Was sagen sie mir?

## Arbeitsblatt IV - 1

### Was ist ein Kōan

Ein Kōan ist eine kurze Geschichte, eine Feststellung, eine Frage oder ein Dialog, über die im Rahmen der Chan- bzw. Zen-Praxis meditiert wird. Ein Kōan soll die Konzentration fördern. Er wird nicht durch reflektierendes Denken erschlossen, vielmehr soll durch ihn eine plötzliche Einsicht oder Erfahrung ausgelöst werden. Zumeist wird das Kōan vom Meister an den Adepten entsprechend seinem vermuteten Erkenntnisstand gegeben. (hgw).

### Paradox und Intuition

Viele Definitionen kreisen um das aus dem Zen-Buddhismus stammende Wort **Kōan**. Ein Kōan gilt weitestgehend als Paradoxon oder auch als das, was über das rationale, logische und begriffliche Denken hinausgeht. Eine Frage, die nicht auf der Verstandesebene beantwortet werden kann, kurze Geschichten oder Dialoge, die im scheinbaren Widerspruch stehen, aber dazu dienen, gewöhnliche Denkstrukturen zu durchbrechen und den rationalen Verstand zu überwinden.

Die Praxis mit Kōans ist eine wichtige Tradition im Zen-Buddhismus und wird unter anderem als Meditationsobjekt oder auch als Gesprächsthema zwischen Lehrer und Schüler verwendet. Ein Kōan stellt kein Rätsel dar, welches mit einer simplen Antwort gelöst werden kann, der Zweck besteht darin **intuitiv** in die Fragen einzutauchen, **spontan** und **völlig bewusst** damit zu arbeiten und somit eine „neue Art des Begreifens“ zu entdecken. Kōans sind meist paradox und widersprüchlich formuliert, um den Verstand zu verwirren und die **herkömmlichen Denkmuster zu durchbrechen**. Der Geist kommt quasi in einen Zustand des „Nicht-Wissens“. Außerdem erfordert die Beschäftigung mit Kōans ein hohes Maß an Achtsamkeit und Konzentration, was die Fähigkeit zur inneren Beobachtung schärft und das spirituelle Erwachen fördert.

### Ursprung und Geschichte von Kōans

Kōans sind fester Bestandteil des **Zen-Buddhismus**, dessen Wurzeln in China im **Chan-Buddhismus** liegen. Chan entwickelte sich im Laufe des 6. Jahrhunderts, bereits zu dieser Zeit setzten Chan-Meister unkonventionelle Lehrmethoden ein, um Schülern zu ermöglichen über die herkömmlichen Denkmuster hinauszugehen und tiefere Einsichten zu gewinnen. Die Entwicklung von Kōans kann kaum auf direkte Zeitpunkte oder Personen zurückgeführt werden, jedoch breitete sich deren Verwendung im Laufe der Zeit immer mehr aus und Kōans wurden zu einem festen Bestandteil des Chan-Buddhismus. Um 1200 gelang Chan nach Japan und wurde dort zum Zen-Buddhismus. Die Kōan-Praxis entwickelte sich gemeinsam mit dem Zen-Buddhismus immer weiter und gilt nun als charakteristisches Merkmal dessen Praxis. Die meisten Kōans sind in großen Sammlungen niedergeschrieben.

Quelle: <https://www.puzzle-your-mind.de/Kōan-beispiele/> (23.12.23).



Bildquelle: <https://www.zen-Kōan.de/> (11.2.2024).

## Arbeitsblatt IV - 2

### Wie werden Kōans gelöst?

Grundprinzip: „Die Erkenntnis kommt überraschend.“

Anfangs folgt der Suchende dem Kōan wie auch im Leben gewohnt logisch, auf der Verstandesebene. Das ist der erste Schritt, der gemacht werden kann, um sich aus dem Verstand heraus zu bewegen – erst einmal tief in ihn hinein zu gehen. Mit der Erschöpfung verblasst nach und nach das Denken, es schmilzt, und reines Empfinden und Verstehen tauchen auf.

Es gibt Ansätze, von Anfang an nicht mit dem Verstand um eine Lösung zu ringen, sondern sich ganz in das Kōan „hinein zu versenken“, „Sinein zu empfinden“, „in die Tiefe des Kōans hinab zu steigen“ – wie man den intuitiven Weg auch formulieren mag.

Auch wenn das Kōan unlösbar erscheint – es gibt eine Antwort! Die Antwort erfolgt immer authentisch aus dem Hier und Jetzt, aus der Präsenz des Moments und bezieht sich ganz und gar auf die Frage. Die Antwort mag nur ein Gurren sein oder das Werfen eines Steins und doch ist es für den Antwortenden die exakte Lösung der Frage. Ein unbeteiligter Zuschauer kann die Antwort nicht verstehen, es braucht einen Meister, der die Antwort auf Wahrheitsgehalt einschätzen kann.

Quelle: <https://www.findyournose.com/Kōan-beispiele-paradox#:~:text=Ein%20Kōan%20ist%20ein%20Paradox,Weisheit%20der%20Frage%20verstanden%20werden.> (23.12.23).

### Kōans im Alltag nutzen

Kōans können nicht nur zum Zwecke der spirituellen Lehre in Zen-Schulen, sondern auch im individuellen Alltag implementiert werden. Die Anwendung von Kōans im Alltag erfordert kontinuierliche Achtsamkeit und Reflexion. Hier findest du einige Ansätze, wie du selbst Kōans anwenden kannst:

- **Wähle einen Kōan für dich aus** und nimm dir täglich Zeit darüber nachzudenken. Wie beschrieben, gibt es nicht die eine richtige Antwort oder Lösung auf eine Frage oder eine Aussage. Versuche sie viel mehr in deinem Geist schwingen zu lassen und dein Denkverhalten zu beobachten.
- Verwende einen **Kōan als Meditationsobjekt**. Setze dich an einen ruhigen Ort, schließe die Augen und lass den Kōan in deinem Geist präsent sein – öffne dich für neue Einsichten.
- Frage dich in **alltäglichen Situationen**, wie die Kōans anwendbar sind. Wenn du beispielsweise gerade am Essen bist, frage dich nach dem Geschmack dieses Bissens oder frage dich nach dem Klang der aufkommt, wenn du gerade die Treppe hoch läufst.
- Nutze den **Kōan als Möglichkeit der Selbstreflexion**. Nimm dir Zeit dich zu fragen, wer du bist oder warum du denkst oder was der Zweck deiner Existenz ist.
- **Teile Kōans mit Freunden und anderen Praktizierenden**. Versucht gemeinsam in Gesprächen und Diskussionen weitere Erkenntnisse, Einsichten und mögliche Interpretationen herauszufinden.

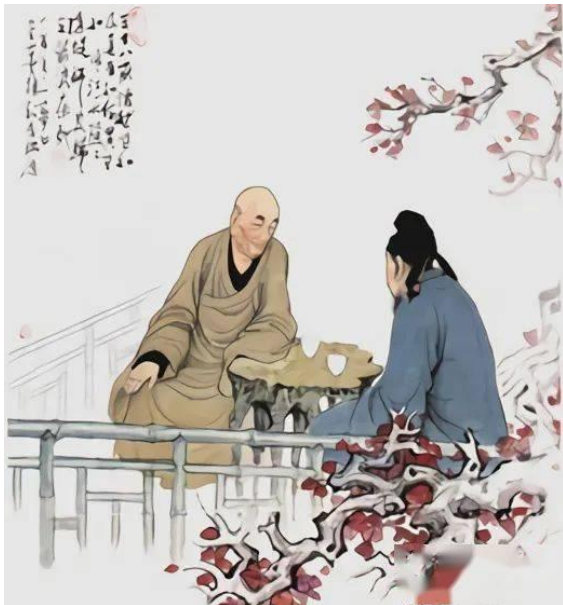
Quelle: <https://www.puzzle-your-mind.de/Kōan-beispiele/> (23.12.23).

## Arbeitsblatt IV - 3

### Acht Beispiele für Kōans

Im Laufe der Zeit entstanden Sammlungen mit vielen verschiedenen Kōans, die bis heute in den Chan- und Zen-Schulen für die Meditationsübungen herangezogen werden.

1. Wenn alle Dinge aufhören zu existieren, wohin gehst du?
2. Was ist der Klang einer Hand, die im Wald klatscht?
3. Was ist dein Geist, bevor du geboren wurdest?
4. Wenn du aufhörst zu suchen, wo findest du dann dich selbst?
5. Was ist das Wesen des Klanges?
6. Wer bist du, bevor du "Ich" sagst?
7. Was ist die Farbe des Windes?
8. Was ist die Essenz deines eigenen Geistes?

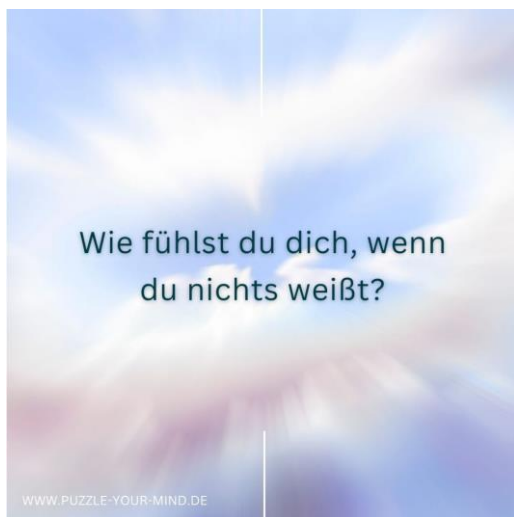
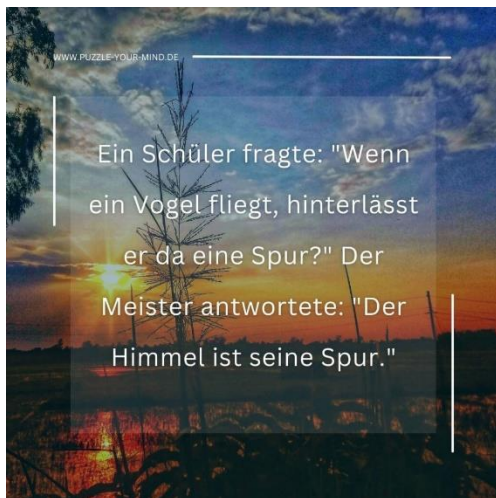


Eine Darstellung des Kōans „Ein hundertjähriger Traum“ (百年一夢), der auf einer alten chinesischen Legende basiert.

Bildquelle: [https://www.sohu.com/a/443603982\\_744392](https://www.sohu.com/a/443603982_744392) (6.12.2023)

## Arbeitsblatt IV - 4

### Kōans mit Bildern



Bildquelle: <https://www.puzzle-your-mind.de/Kōan-beispiele/> (23.12.23).

# 公案

Das chinesische Zeichen für Kōan, auf Chinesisch gōng'àn (wörtlich: öffentlich vorgetragener Fall).