

# *Hishiryō* (Nicht-Denken)

Rev. Tairyū Tsunoda  
Komazawa University

## Der Ursprung des Wortes *Hishiryō*

*Hishiryō* (非思量) bedeutet wörtlich „nicht denken“. *Shiryō* (思量) bedeutet „denken“ oder „nachdenken“ und *Hi* (非) ist ein Präfix der Verneinung oder des Widerspruchs. Also hat das Wort *Hishiryō* die Bedeutung „nicht denken“ bzw. „nicht darüber nachdenken“.

Dieses Wort *Hishiryō* findet man in Dogen Zenjis *Fukanzazengi* (wenn auch nicht in der von ihm erhaltenen handschriftlichen Version), im *Shōbōgenzō Zazengi*, im *Shōbōgenzō Zazen Shin* und in Keizan Zenjis *Zazen Yōjinkī*. Das Wort spielt im Zusammenhang mit *Zazen* eine bedeutende Rolle. Der Begriff *Hishiryō*, den wir in diesen beiden eben genannten Schriften der Begründer unserer Schule finden können, stammt aus dem folgenden Dialog zwischen Yakusan Igen (745-828) und einem Mönch, wie er im *Keitoku Dentōroku* und anderen Schriften zu finden ist:

Als der große Meister Yakusan Kōdo [in *Zazen*] saß, fragte ihn ein Mönch: „Was denken Sie, wenn Sie so unerschütterlich dasitzen?“ Yakusan sagte: „Ich denke Nicht-Denken (*Fushiryō*).“ Der Mönch fragte: „Wie denken Sie Nicht-Denken (*Fushiryō*)?“ Yakusan antwortete: „Nicht denken (*Hishiryō*).“

Man geht davon aus, dass Yakusan mit seiner Antwort „*Hishiryō*“ darauf hinweist, dass durch das Abwerfen des rational analytischen Denkens mittels „*Hishiryō*“ der Bereich erschaffen wird in dem das „Nicht-Nachdenkende“ (der ursprüngliche Mensch, der wahre Mensch) verwirklicht wird, also in *Zazen* der ursprüngliche Mensch verwirklicht wird, bzw. das *Zazen* zusammen mit dem ursprünglichen Menschen Wirklichkeit wird.

Wir finden den Begriff *Hishiryō* innerhalb der Zen-Tradition auch in einem deutlich älteren Text, dem *Shinjinmei* des dritten Patriarchen Sosan:

Das Licht der Leerheit erstrahlt von selbst  
ohne sich geistig zu erschöpfen.  
Der Ort des Nicht-Denkens (*Hishiryō*)  
ist unfassbar für das Nachdenken und die Empfindungen.

Hier wird *Hishiryō* als ein Bereich dargestellt, der rationaler Analyse nur schwer zugänglich ist. In der Folge wurde dieser Begriff dann aufgegriffen und weiterentwickelt. Im „*Ummon Koroku*“ (den „Aufzeichnungen von Meister Ummon“) finden wir folgenden Dialog:

Ein Mönch fragte: „Wie ist dieser Bereich des Nicht-Denkens (*Hishiryō*)?“ Ummon antwortete „Unfassbar für das Nachdenken und die Empfindungen.“

## Die Bedeutung von *Hishiryō* im Soto-Zen

Ich werde jetzt über die Bedeutung des Wortes *Hishiryō* innerhalb der Soto-shu sprechen. Das Wort *Hishiryō* erscheint sowohl im *Fukanzazengi* als auch im *Zazen Yōjinki* direkt im Anschluss an eine Anleitung zur Zazen-Haltung, im ersten Fall im Anschluss an „unverdrossen fest sitzen“ und im zweiten Fall im Anschluss an „unverdrossen aufrecht sitzend“. Also scheint *Hishiryō* den Zustand des Geistes (des Bewusstseins) zu beschreiben, wie er ist, wenn man die Zazen-Haltung eingenommen hat.

Hinsichtlich des Zustands des Geistes (des Bewusstseins) finden wir folgende Anweisungen im *Fukanzazengi*:

Denke nicht „gut“ oder „schlecht“. Urteile nicht „richtig“ oder „falsch“. Halte das Kreisen des Geistes, des Intellekts und des Bewusstseins an. Stoppe die Berechnungen des Denkens, der Ideen und der Ansichten. Versuche nicht Buddha zu werden. Wie könnte dies auf Sitzen oder Liegen beschränkt sein?

Im *Zazen Yōjinki* heißt es:

Lasse Geist, Intellekt und Bewusstsein fallen, gib den Gedanken, Ideen und Ansichten eine Pause. Versuche nicht Buddha zu werden. Urteile nicht „richtig“ oder „falsch“.

Wenn du deine Verwirrung beenden möchtest, beende deine guten und schlechten Gedanken. Höre auf, dich von unnötigen Angelegenheiten einfangen zu lassen. Der Geist denkt nicht nach. Der Körper handelt nicht.

Ich denke, der Schlüssel zum Verständnis der Bedeutung *Hishiryō* befindet sich in diesen Lehren.

Es heißt, das wir, wenn wir Zazen praktizieren, jede Form des Denkens wie richtig oder falsch, wahr oder unwahr beenden und alle Gedanken und Berechnungen fallen lassen. Mit dieser Haltung sitzen wir einfach. Das ist die von Dogen Zenji und Keizan Zenji gegebene Anweisung. Das ist es, worum es bei *Hishiryō* geht.

### ***Hishiryō* ist kein Zustand der Nicht-Gedanken**

„Das Kreisen von Geist, Intellekt und Bewusstsein“ und „das Berechnen mittels Gedanken, Ideen und Ansichten“ zu stoppen bedeutet nicht, alle geistigen Aktivitäten zu stoppen. Das „Kreisen“ und das „Berechnen“ zu stoppen bedeutet, vom Willen gesteuerte Gedanken und Berechnungen anzuhalten und nicht während Zazen fortgesetzt einen Zustand frei von Gedanken aufrecht zu erhalten. Der Gedanke, keinerlei Gedanken haben zu wollen, ist selbst ein vom Willen gesteuerter Gedanke. Man mag glauben, dass es eine besondere Geisteshaltung während Zazen gibt, mittels derer Ordnung geschaffen wird oder ähnliches – dies ist jedoch falsch. Man hält nicht an einem bestimmten Geisteszustand fest, im Gegenteil, man übt das Nicht-Festhalten aus.

Dieses können wir auch nach der folgenden Erklärung zu einer Passage aus dem Kapitel *Zazenshin* des *Shōbōgenzo* verstehen:

Ein Mönch fragte: „Wie denken sie Nicht-Denken“ Auch wenn in Wirklichkeit das

Nicht-Denken schon alt ist, ist hier die Frage, wie kann man es denken? Könnte es im unbeweglichen Sitzen ein Nicht-Denken geben? ... Wenn wir auf der Grundlage des Nicht-Denkens denken, nutzen wir immer *Hishiryō*.

Wenn wir in *Zazen* sitzen, bedeutet das nicht, dass wir keine Gedanken haben, aber wir „denken Nicht-Denken“. Das heißt dieses „Wie denken wir?“ und dieses „*Hishiryō*“.

Auf alle Fälle kontrollieren wir den Körper (die Haltung) und den Atem während wir in *Zazen* sitzen. Wir bringen die Körperhaltung in die Form, wie sie im *Fukanzazengi* und im *Zazen Yojinki* beschrieben ist. Wenn man dies macht, reguliert sich der Atem von selbst. Dann lassen wir, wie im *Zazen Yojinki* beschrieben, den Atem geschehen, indem „der Atem frei durch die Nase ein- und ausgeht“ und sich auf natürliche Weise reguliert. Wenn wir auf diese Weise sitzen ist der Geisteszustand *Hishiryō*. Aber welcher Geistes- bzw. Bewusstseinszustand ist dieses *Hishiryō* ganz konkret?

### **Erkenne wenn ein Gedanke auftaucht. Wenn er dir bewusst geworden ist, wird er verschwinden**

In der *Tempuku*-Version des *Fukanzazengi* (die Version von Dogen Zenjis eigener Hand, die uns erhalten ist) finden wir nicht die Sätze: „Ich denke Nicht-Denken (*Fushiryō*) - Wie denken Sie Nicht-Denken (*Fushiryō*)? - Nicht denken (*Hishiryō*).“ Stattdessen gibt es diese vier Verse: „Erkenne wenn ein Gedanke auftaucht. Wenn er dir bewusst geworden ist, wird er verschwinden. Verdränge immerfort alles äußere. Dann wird das Selbst wird zu einem Ganzen.“ Dieses wird als „eine notwendige Technik des *Zazen*“ bezeichnet. In der *Rufubon*-Version des *Fukanzazengi* wurde dieser Teil herausgelöst und die Textstelle durch die Passage „Ich denke Nicht-Denken (*Fushiryō*) - Wie denken Sie Nicht-Denken (*Fushiryō*)? - Nicht denken (*Hishiryō*).“ ersetzt. Sogar wenn diese Ersetzung von Dogen Zenji selbst vorgenommen wurde, ist immer noch wichtig zu wissen, dass diese Anweisung in der *Tempuku*-Version erschien, weil uns dieser Ausdruck hilft, *Hishiryō* zu verstehen.

*Hishiryō* ist eine Beschreibung des Zustands unseres Geistes während *Zazen*. Wenn ein Gedanke entsteht und wir uns dessen bewusst werden, verschwindet er von selbst. Besonders, wenn wir in komplizierten Gedanken versinken und dann uns dessen gewahr werden, können diese komplizierten Gedanken abgeschnitten werden. Und wenn weitere Gedanken entstehen, werden wir uns dessen erneut bewusst und im Bewusstwerden verschwinden sie. Dieses wird lange fortgesetzt - immer weiter genau so. Das ist der Zustand von *Hishiryō*, in dem die äußeren Verbindungen abgeworfen sind, der Zustand des *Zazen*, in dem von selbst der ursprüngliche Mensch vollständig geworden ist.

*Hishiryō* bedeutet also nicht, durch Meditation einen transzendentalen Geisteszustand zu erreichen oder in einen Zustand ohne Gedanken und ohne Bilder zu geraten. Andererseits ist man weder in Hindernisse und Illusionen noch in rationales analytisches Denken verstrickt. Das ist Dogen Zenjis *Hishiryō*. Es wurde in Keizan Zenjis *Zazen Yojinki* präzise weitergegeben und als die Besonderheit, die die besondere Geisteshaltung des *Zazen* der Soto-Shu ausdrückt, überliefert.

Im Original in Japanisch verfasst von Rev. Tairyu Tsunoda

Übersetzt von Rev. Issho Fujita

Unterstützt von Rev. Tönen O'Connor und Rev. Zuiko Redding