



Prajñaapaaramitaa Hridaya von Oujang Xun (557-641)

# Zur Brust zu nehmen: das Herz-Sūtra

Das Element des Transzendenten, wo und wie ist es zu erkennen?  
Als Sehhilfe wird das Herz-Sūtra empfohlen. Nicola Hernádi  
grübelt sich durch die Gebrauchsanleitung.

VON NICOLA HERNÁDI

**V**ollkommenheit der Weisheit oder wörtlicher übersetzt ‚hinüber gegangene Weisheit‘, *Prajñāpāramitā Hṛdayasūtra* so lautet der Titel einer Textgattung, die zum „Seltsamsten gehört, was Menschenohren je vernommen haben“ (Heinrich Zimmer). Angeblich enthalten diese Schriften den Schlüssel zur Lösung aller Probleme. Hand aufs Herz, wer

denkt im emotionalen Chaos des Alltags daran, dass ihm oder ihr eventuell Weisheit fehlen könnte? Immerhin bringt einen der diffuse Hunger des Herzens dazu, sich auf die Suche nach irgendwas zu begeben. Mit etwas Glück landet man in buddhistischen Kreisen und, dort aufgeklärt, bekommt der abstrakte Begriff Weisheit zunehmend Konturen. Im Mahāyāna-Buddhismus stößt man dann

früher oder später auf das *Sūtra vom Herzen der hinüber gegangenen Weisheit*, kurz Herz-Sūtra, und die Aura der Ehrfurcht, die das Werk umgibt, sorgt dafür, dass viele, die auf der Suche sind, ihm gegenüber eine gewisse Scheu empfinden. Andere ärgert der kryptische Text als vermeintlich nihilistische Absurdität. So kann man sich schnell um einen Schatz bringen.

## Die Geschichte

Das Anliegen des Sūtra ist es, Einsichten in die Leerheit (Skr. *śūnyatā*), das Herz des Buddhismus zu vermitteln. Nimmt man die Überlieferung wörtlich, hat der Buddha die Masse der Prajñāpāramitā-Literatur (PPL), zu denen das Herz-Sūtra gehört, auf dem Geierberg bei Rājagṛha gelehrt. [Rajgir, Distrikt Nālandā, Bihar, Anm. d. Red.] Theravāda-Schulen weisen sie als nicht authentisch zurück. Im *Cūlasuññata Sutta* des Theravāda-Pali-Kanons (MN121) spricht Buddha allerdings ebenfalls von graduellen Erkenntnisstufen der Leerheit, und die Struktur weist Ähnlichkeiten mit Werken der PPL auf.

Das *Diamantschneider-Sūtra* fasst es so: Buddhas seien als Wirklichkeit des Dharma zu betrachten. Oder wie es das *Adhyāśayasamcodana-Sūtra* sagt: „Jedes gut gesprochene Wort ist Buddha-Wort.“

Das älteste bekannte Manuskript (7. Jh. n. Chr.) des Herz-Sūtras liegt wohl in Japan, doch das Alter des Papiers lässt wenig Rückschlüsse darauf zu, wann der Text entstanden ist. Andere Vollkommenheiten der Weisheitssūtras wurden bereits im 1. Jh. n. Chr. nach China gebracht, weshalb ihre Entstehungszeit früher angesetzt werden muss.

Die Forschung sieht in der Prajñāpāramitā-Literatur eine Reaktion auf die Lehrmeinungen der Sarvāstivādins, die in Nordindien die Entwicklungen des Buddhismus prägten. Die Aussagen der PPL lassen sich als direkte Entgegnungen zu ihren Thesen lesen. Die Sarvāstivādins (Skr. *sarva asti*, ‚alles ist‘) sprechen – grob zusammengefasst – von einer zumindest zeitweise dauerhaften, charakteristischen Eigennatur der Phänomene: Sie durchlaufe eine Entwicklung durch Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, und ermögliche damit die Bestimmung wahrer Ursachen und Wirkungen. In der höchsten Form der Einsicht wird laut PPL jedoch nichts Derartiges wahrgenommen.

## Der Umgang mit dem Herz-Sūtra

Das Problem mit den zentralen Inhalten des Buddhismus, also mit Leerheit und dem Abhängigem Entstehen, liegt darin, dass ihre Erkenntnis begriffliches Denken übersteigt. Man kann buddhistische Axiome lernen und durchdenken, ab einem gewissen Punkt jedoch versagt der Intellekt. Hier helfen Werke wie das Herz-Sūtra weiter.

Wie? Das Sūtra sagt es selbst: Man muss sich auf die Aussagen der hinübergegangenen Weisheit stützen, geduldig damit arbeiten, auch wenn man noch zu vernagelt ist, sie direkt einzusehen. Leider ist es mit ein paarmal Durchlesen nicht getan, aber je mehr man über Leerheit meditiert, desto mehr Potential für den benötigten ‚Schatz aus Weisheit‘ häuft man an. Wie ein Ermittler es mit einem ungelösten Fall macht, nimmt man die Akte Herz-Sūtra immer wieder zur Hand und taucht grübelnd in sie ein.

Der kunstvolle Text entfaltet sein Geschehen in mehreren Akten. Zu Beginn leitet ein ungenannter Erzähler, eine Stimme aus dem Off sozusagen, das Sūtra ein. Wer da spricht, erhellen die Kommentare. Favorisiert wird Ānanda, der als Gedächtniswunder alle Sūtren memorierte. Er beginnt mit den Worten: „So habe ich gehört...“ und schildert ein friedvolles Szenario: Auf dem Geierberg befindet sich der Buddha mit seiner großen Entourage, Mönchen und Bodhisattvas. Der Buddha ist entrückt, er hat sich in tiefer Meditation niedergelassen, und zwar über die Dharma-Formel ‚Tiefgründiges Erscheinen‘. In anderen Versionen wird sie auch als ‚Tiefgründige Erkenntnis‘ (Skr. *gambīrāvasambodham*) bezeichnet.

Worüber genau meditiert er? Wie die Welt existiert, und wie sie erscheint. Der Fokus des Erzählers richtet sich nun auf Avalokiteśvara, das ‚Erleuchtungswesen‘, das ‚große Wesen‘. An diesem Wesen ist vieles rätselhaft. Er verkörpert das er-

leuchtete Mitgefühl. Ist er eine Person oder ein Prinzip? Die Bedeutung seines Namens gibt zahlreiche Hinweise: Ob man ihn nun als den ‚Schauenden Herrn‘ übersetzt, den ‚Zu-Schauen-Vermögender‘ oder den ‚Herrn, der schauen lässt‘, all das ist möglich und noch mehr. Sein tibetischer Name Chenrezig (tib. *spyān ras gzigs*) ließe sich sowohl als ‚Der-aus-den-Augen-schauende‘ wie auch als ‚Der-von-Augen-geschaut‘ übersetzen.

Was macht er im Herz-Sūtra? Die tiefgründige hinübergegangene Weisheit ausübend, schaut und schaut er. Einerseits schaut er die Fünf Skandhas (Skr. *pañca upādānaskandhāḥ*), die fünf Komponenten einer Person. Ein gewöhnlicher Mensch nimmt sie nicht wahr, er sieht nur die Person. Darüber hinaus schaut Avalokiteśvara, dass auch diese Komponenten ‚leer sind von einer Eigennatur‘. Letzteres sehen die Sarvāstivādins anders.

## Zweiter Akt

In einem Film würde die Kamera nun einen Schwenk machen: der ‚Leben besitzende‘, *āyusmān* Śāriputra, im Inneren durch den Buddha angeregt, spricht Avalokiteśvara an: „Wenn ein Sohn oder eine Tochter aus gutem Hause gerne die hinübergegangene Weisheit ausüben möchte, wie ist das zu lernen?“ Wer ist Śāriputra? Er ist einer der bekanntesten Hauptschüler des Buddha, dessen Fähigkeiten in vielen Sūtras eingehend und auf sehr unterhaltsame Weise geschildert werden. Er vertritt den Buddha vielerorts, z.B. beim ersten Klosterbau in wilden Zauberduellen. Die Anrede *āyusmān* gilt als hierarchisch höfliche Anrede für einen jüngeren Mönch.

Einige moderne Interpretierende vermuten hier eine Degradierung des Śāriputra, der stellvertretend für die Hinayāna-Schulen erfragen muss, was er offenbar nicht weiß. Doch eigentlich ist Śāriputras Erkenntnis über jeden Zweifel erhaben. Auch die Anrede als *āyusmān*

findet sich für ihn überall. Er stellt seine Frage „angeregt durch Buddha“.

Sind es Telepathie-Signale vom meditierenden Buddha, die damit gemeint sind, oder ist es eine Regung des eigenen erleuchteten Geistes? Die Frage lautet auch nicht: „Siehst Du etwas, das ich nicht sehe?“, sondern sie betrifft die Methode, wie man sich zur vollkommenen Weisheit bringt.

So fragt er freundlicherweise das, was jeder fragen möchte: „Wie kommt man zur Erleuchtung?“ Es antwortet das personifizierte erleuchtete Mitgefühl in Gestalt von Avalokiteśvara. Ein jeder Buddha und Guru lehrt aus liebender Güte. Und ist es nicht die Entwicklung von Liebe in sich selbst, die tiefere Einsichten erst ermöglicht? Kommentare erklären, Śāriputra erhielt einen geistigen Anstoß, weil Buddha die frisch zur Reife gekommene Einsicht des Avalokiteśvara bemerkte.

An dieser Stelle zu Beginn der Antwort unterscheiden sich die Manuskripte. In einer Version wiederholt Avalokiteśvara das von ihm zuvor geschaut, wechselt jedoch die Perspektive: „Wenn ein Sohn oder eine Tochter aus gutem Hause die tiefgründige hinübergegangene Weisheit ausüben will, dann ist in dieser Weise zu schauen: die Fünf Skandhas [Aspekte, die eine Person ausmachen, Anm. d. Red.] und ihre Leerheit von Eigennatur sah er. Form ist Leerheit, Leerheit ist Form...“

Einige Manuskripte lassen die Wiederholung „die Fünf Skandhas und ihre Leerheit von Eigennatur sah er“ komplett ausfallen. In der tibetischen Version steht sie im Futur: „... die Fünf Skandhas und ihre Leerheit von Eigennatur wird er sehen.“ Bedeutet „sah er“, dass Sohn und Tochter zunächst glauben müssen, dass das Ich und die Skandhas leer sind, weil eine vertrauenswürdige Autorität das so sah, auch wenn sie es selbst noch nicht sehen?

Weist der tibetische Text auf das Ziel hin, das der Schüler dann am Ende sehen wird? Und wer ist „er“ – Buddha, Avalokiteśvara oder der hypothetische Schüler? Avalokiteśvara definiert nun das Verhältnis von Form-Skandha und Leerheit. Form ist Leerheit, nicht verschieden von Leerheit, und analog trifft das für alle fünf Skandhas zu. Eine restlose Demontage des personalen Ichs erfolgt. Statt des Ichs die fünf Skandhas zu sehen, ist ein Schritt, aber auch den Skandhas und allen Phänomenen jedwede inhärente Eigennatur abzuerkennen, hat weitreichende Konsequenzen. Wie kommen die Dinge dann überhaupt zur Erscheinung? Darüber meditiert anstrengungslos der Buddha.

Seltsame Aussagen zu den allesamt von Leerheit gekennzeichneten Phänomenen schließen sich an: sie sind „nicht entstanden unbehindert“. Sie haben also keinen Anfang, entsprechend kann man ihre Entwicklung nicht aufhalten. Sie sind „fleckelos nicht unbefleckt“. Die Natur der Leerheit ist rein – wo Nichts ist, muss man nichts putzen. Relative Befleckung allerdings tritt im verblendeten Geist sehr wohl auf. Die Phänomene sind „vollständig nicht völlig gefüllt“. Zu jeder Zeit sind alle Phänomene das, was sie sind, und damit vollständig. Aber zu keiner Zeit herrscht Stillstand, weshalb nie ein Zustand verweilender Erfülltheit eintreten kann.

Die nächsten Aussagen verneinen alles, was Erleben ausmacht: „Daher, Śāriputra, gibt es in der Leerheit keine Form, keine Empfindung, keine Wahrnehmung, keine Bildekräfte, kein Bewusstsein, kein Auge, kein Ohr, keine Nase, keine Zunge, keinen Körper, kein Denken, keine Form, keinen Klang, keinen Geruch, keinen Geschmack, nichts zum Berühren, kein Dharma, keinen Bereich des Sehens, wie auch keinen Bereich des Denkens, keinen Bereich der Dharmas, keinen Bereich des Denkbe-

wusstseins, kein Wissen, kein Nicht-Wissen, keine Vernichtung, wie auch kein Altern und Sterben, keine Vernichtung von Altern und Sterben, keinen Pfad zur Aufhebung des Aufkommens von Leid, keine Erkenntnis, kein Erlangen, kein Nicht-Erlangen.“

## Der ‚Sprung in den Hyperraum‘

Die tibetischen Kommentare sind sich darin einig, dass die einzelnen Abschnitte der Antwort des Avalokiteśvara die fünf Pfade des Mahāyāna und ihre meditativen Erlangungen wiedergeben. Differenzen gibt es über die einzelnen Reichweiten innerhalb des Gefüges. Wenn in Japan, China, Vietnam, Korea oder Tibet das Herz-Sūtra gemeinsam laut rezitiert wird, lässt diese Erfahrung niemanden kalt.

Der eindringliche rhythmische Klang massiert den Geist, und spätestens an dieser Stelle der negierenden Aufzählung werden alle Bilder wie Seifenblasen zum Platzen gebracht. „[...] kein Klang, kein Geruch, kein Geschmack...“ Auch wenn man die Sicht der Leerheit noch nicht realisiert hat, spürt man für einen Moment das Befreiende, das sich aus ihr ergibt. Das Kunstwerk Herz-Sūtra entfaltet seine Wirkung.

*[...]na prāptirñāprātib – kein Erlangen, kein Nicht-Erlangen. Der Geist ist nun vorbereitet für den unmittelbar bevorstehenden ‚Sprung in den Hyperraum‘: „Daher, Śāriputra, stützt er sich mit dem Nicht-Erlangen der Bodhisattvas auf die hinübergegangene Weisheit und verweilt darin verhüllten Geistes. Weil die Geisteshülle nicht bestehen bleibt, ist er ohne Furcht, er hat den Umkehrpunkt überschritten, befindet sich im Nirvāna.“*

Die tibetische Version lautet so: „Weil die Bodhisattvas kein Nicht-Erlangen haben, verweilt er in der hinübergegangenen Weisheit. Weil die Geisteshülle nicht

bestehen bleibt, ist er furchtlos, er hat den Umkehrpunkt überschritten und ist bis zum Ende des Nirvāṇa gegangen.“ Es fehlt die kleine Angabe, dass der Schüler zunächst noch *cittāvaraṇa* ist, einer mit „verhülltem Geist“. Nicht ohne Verstörung nimmt man die Varianten z.B. eines chinesischen Manuskripts zur Kenntnis, hier verweilt er *acittāvaraṇa*, mit einer ‚Hülle aus Nicht-Geist‘.

Die Kommentare geben an, wie an dieser Stelle die vier Grundverblendungen und ihre subtilen Eindrücke im Geist vollständig eliminiert werden: Instabiles für dauerhaft zu halten, Unreines für rein, Leidvolles für Glück, und eine Eigennatur da zu sehen, wo Substanzlosigkeit ist. Diese Verblendungen sind geistiger „Ungeist“. Alle Buddhas oder „die Allbuddhas, die in den drei Zeiten bestehen, stützten sich auf die hinübergegangene Weisheit und sind zur höchsten, wahren Erleuchtung vollständig erwacht.

Daher muss man wissen: Die hinübergegangene Weisheit ist das große Mantra, das höchste Mantra, das unvergleichliche Mantra, das alle Leiden befriedende Mantra, weil sie wahr und nicht verkehrt ist. In der hinübergegangenen Weisheit wurde ein Mantra genannt, das da ist: *gate gate pāragate pārasaṃgate bodhi svāhā*. So muss, Śāriputra, die Ausübung der tiefgründigen hinübergegangenen Weisheit vom Bodhisattva gelernt werden.

## Das eigentliche Mantra ist die Wahrheit

Das eigentliche Mantra, das Mittel für den Geist, ist die Wahrheit selbst. Als Instant-Rettungs-Herz-Tropfen kondensiert das Werk seinen Inhalt zu einer Formel: „Om, Gang, Gang, Übergang, vollendeter Übergang, Erleuchtung ist, svāhā.“ Der erste Gang entspricht dem Pfad der Anhäufung, der zweite Gang

dem Pfad der Vorbereitung, der Übergang dem Pfad des Sehens, wo man von einem gewöhnlichen Wesen zu einem Ārya wird, und Einsicht in die Leerheit gewinnt. Der vollendete Übergang entspricht dem Pfad der Meditation, und Erleuchtung, der Pfad des Nicht-mehr-Lernens, ist unumkehrbar.

Das Finale: Jetzt endlich erhebt sich Buddha aus seiner Meditation, um Avalokiteśvara anerkennend auf die Schulter zu klopfen: „Sehr gut, sehr gut, edler Sohn. Genau so ist es, edler Sohn, so wie es von dir dargelegt wurde, ist die Ausübung der tiefgründigen hinübergegangenen Weisheit durchzuführen.“

Und die so-gegangenen Arhats waren entzückt. Dies sprach der Erhabene. Und es freuten sich der beglückte Āyusmān Śāriputra, der Ārya Avalokiteśvara, der Bodhisattva, sowie die allumfassende Gemeinde, die Welt mit ihren Göttern, Menschen, Halbgöttern, Gandharven und all den anderen über das, was der Erhabene sagte.

Der Schlusssatz lässt sich auch anders übersetzen: Alle freuten sich über das, „was der Erhabene zu sagen veranlasst hatte.“ Die Verb-Form *bhaṣita* lässt beide Übersetzungen zu. Die Welt freut sich sicherlich mit über des Buddha lobende Worte, doch die eigentliche Rede hielt Avalokiteśvara. Zu dieser hatte der Buddha über Śāriputra den Impuls gegeben.

Die allgemeine frohe Stimmung zaubert auch dem Leser ein Lächeln ins Herz. Ein echtes Happy End! Worin besteht es? Alles, was man für real hält, ist offenbar Täuschung - ist das ein Grund zum Jubeln? Ja, weil am Ende dieser Erkenntnis alle Angst aufhört. Da es kein Nicht-Erlangen gibt, ist Erleuchtung jedem möglich, auch dem gemeinen Gandharven, dem Menschen oder einem Halbgott. Durch Meditation des Sūtras einen Funken der Erleuchtung zu erhaschen, gelingt das immer wieder, und das Herz schlägt höher.

## LITERATURANGABEN:

- ✿ Matsumoto, Takumyo: Die Prajñāpāramitā-Literatur, Verlag Kohlhammer, Stuttgart 1932
- ✿ Geshe Sonam Rinchen and Ruth Sonam: The Heart Sutra, Snow Lion Publ., New York, 2003
- ✿ P.L. Vaidya, Mahāyāna-Sūtra-Saṃgraha, Darbhanga, The Mithila Institute 1961
- ✿ Prajñāpāramitāḥṛdayasūtram (vistaramāṭṛka), Göttingen Register of electronic texts in Indian Language; input by Klaus Wille



NICOLA HERNÁDI, geb. 1967, lebt in Potsdam und installiert dort gerade eine buddhistische Plattform, das Kringellocken Kloster - Mandala Shikhanda Vihara e.V. Sie arbeitet als Asienwissenschaftlerin über indische und tibetische Themen und asiatische Kunst in verschiedenen öffentlichen Institutionen, Museen und Bildungseinrichtungen, ist Übersetzerin für Sanskrit und Tibetisch und gibt Kurse in buddhistischen Zentren in Berlin.