

soku se ku, ku soku se shiki — Form wird Leerheit, Lehrheit wird Form. Diese grundlegende, im Herz-Sutra ausgedrückte Einsicht, scheint

Mit dem Körper denken

auch das Leitmotiv der Elementarteilchenphysik und der Kosmologie zu sein. Denn die Quantenmechanik, die Theorie der atomaren Mikrowelt, beschreibt das Nichts nicht etwa als völlig leeren Raum. Zwar ist im Vakuum die Summe aller Teilchen, Energien und Ladungen im Mittel gleich null. Doch wenn man genauer hinschaut, entpuppt sich das Vakuum als Ort voller Potentialität. Ständig entstehen darin winzige „Quantenfluktuationen“ — positive und negative Energien, Ladung und Gegenladung, Teilchen und „Antiteilchen“ — die sich meist postwendend wieder gegenseitig neutralisieren. Kurzzeitig kann sich dieser brodelnde „Quantenschaum“ dabei zu gewaltigen Energien aufschaukeln. (Falls Sie Mühe mit dem Verständnis haben, machen Sie sich keine Sorge; das ist mindestens genauso schwer zu verstehen, wie die Lehre des Zen.) Eine solche Energieblase, haben Kosmologen berechnet, könnte theoretisch vor rund 15 Milliarden Jahren zur Geburt unseres Universums geführt haben. Indem sie sich im Bruchteil einer Mikrosekunde so stark „aufblähte“, dass sie ihren eigenen Raum und eine eigene Zeit schuf, verhinderte sie den Ausgleich positiver und negativer Energien — *aus Leerheit wurde Form.*

Andererseits zeigt die Quantentheorie, daß die vermeintlich festen Elementarteilchen sich bei näherer

Betrachtung immer weiter verflüchtigen: Ein Atom besteht zu über 99 Prozent aus leerem Raum. Die restlichen Bestandteile wie Elektronen und Atomkerne lassen sich nur noch als „Wahrscheinlichkeitswellen“ beschreiben. Anstelle von eindeutig faßbaren Partikel bleiben immaterielle, flüchtige Gebilde — *aus Form wird Leerheit.*

Solche Gemeinsamkeiten zwischen den Aussagen der modernen Physik und dem Buddhismus sind freilich nicht viel mehr als interessante Parallelen. Jedenfalls kann die moderne Wissenschaft genauso wenig einen „Beweis“ für spirituelle Wahrheiten liefern wie früher die Philosophen mit ihren „Gottesbeweise“. Umgekehrt hängt der Weg des Buddha nicht davon ab, ob man ihn wissenschaftlich erklären kann oder nicht. Da er das dualistische menschliche Denken übersteigt, kann er von eben diesem Denken nie vollständig erfaßt werden. Für das Vorankommen auf dem Weg spielt es, wie Zen-Meister Dogen sagt, „keine Rolle, ob man intelligent ist oder nicht“. Nichtsdestotrotz ist ein Vergleich besonders mit jenen Wissenschaften interessant, die den menschlichen Körper und Geist untersuchen.

Schließlich beschäftigt sich auch die buddhistische Praxis in erster Linie mit der menschlichen Existenz. Insbesondere die Neurowissenschaft und der Kognitionsforschung, die sich seit ein, zwei Jahrzehnten stürmisch entwickeln, haben dazu einiges zu sagen.

Zunächst haben die Hirnforscher die lange Zeit (im Abendland) gültige Trennung von Geist und Körper aufgehoben. Dem modernen neurowissenschaftlichen Verständnis zufolge lassen sich der menschliche Geist und seine verschiedenen Bewußtseinszustände direkt auf die Arbeit der drei Pfund

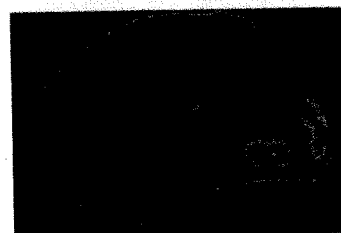
PET-Scanner-Aufnahmen des Gehirns bei verschiedenen Informationsprozessen:



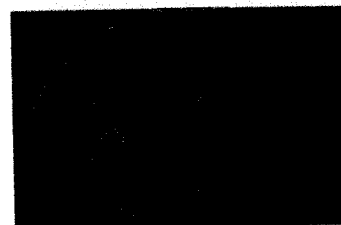
Worte hören



Worte sagen



Worte sehen



Worte bilden

schweren Hirnmasse in unserem Kopf zurückführen. Zwar sind die Hirnforscher noch weit von einem allumfassenden Verständnis der Arbeitsweise des menschlichen Geistes entfernt. Doch über eines sind sie sich einig: Die frühere dualistische Sichtweise, nach der neben dem Gehirn eine ungreifbare Seele das eigentliche Kommando über unser Bewußtsein ausübt, ist längst überholt. Körper und Geist hängen unauflösbar voneinander ab, bedin-