



Mit dem
Körper
denken

ZEN und NEUROBIOLOGIE:

Die Versöhnung von Körper und Geist

Gewisse Neurobiologen siedeln den Ursprung des Gefühls des Selbst im Stammhirn an. Eine Theorie über das Auftauchen verschiedener Bewußtseinsebenen, die bemerkenswerterweise mit der Erfahrung der Gehirnfunktion während Zazen übereinstimmt.

Meister Deshimaru hat 1976 ein Buch mit dem Titel "Zen und Gehirn" veröffentlicht, welches seine Korrespondenz mit dem Psycho-Physiologen Paul Chauchard wiedergibt; dann 1985 "Zen und Selbst-Kontrolle", über den psychosomatischen Einfluß der Zazen-Praxis, welches er zusammen mit Dr. Ikemi realisiert hat. Diese Veröffentlichungen machen den Wunsch Meister Deshimarus klar, zwei Annäherungen an das Wissen über das Selbst zu versöhnen, die in unserer abendländischen Kultur traditionell getrennt sind: die spirituelle intuitive Annäherung und die vernunftmäßige wissenschaftliche Annäherung.

Dieser Konflikt zwischen den beiden Annäherungen findet seinen Ursprung in der Theorie von der Trennung zwischen Körper und Geist, deren überzeugtester und einflußreichster Apostel sicherlich der Philosoph Descartes war. (siehe hierzu den Artikel von Francis Vendrell *Ich denke auch mit meinem Körper*)

Der Kartesianismus hat die Biologie

und die Medizin grundlegend beeinflußt, sowohl auf dem Gebiet der Praxis als auch in der Forschung. Er hat die Medizin dazu gebracht, die Einheit von Körper und Geist zu vernachlässigen, die Pathologie lediglich als einen organischen Aspekt anzusehen, und die psychosomatischen Aspekte zu vernachlässigen. Gleichzeitig verstehen viele Wissenschaftler auf dem Gebiet der Forschung den Geist noch immer als ein Computerprogramm, welches das Gehirn regiert, das wiederum die Befehle an die Körpermaschine weiter gibt.

Diese dualistische Sichtweise von Geist und Materie hat viele Forscher dazu geführt, den Geist zu studieren ohne den Körper zu studieren. Durch unsere Praxis von Zazen wissen wir, daß das nicht möglich ist, so wie Meister Deshimaru sagte: "Den Geist mit dem Geist studieren zu wollen, ist, wie ein Feuer mit Feuer löschen zu wollen."

In diesem Zusammenhang stellt das Buch mit dem Titel *L'erreur de Descartes* („Der Irrtum von Descartes“), 1994 von einem her-