

## Das Erwachen des *Bodhisatta* Eine Übersicht

### Der Ausweg aus der Bedrängnis

Der *Devaputta* Pañcālacanda sprach zum Erhabenen:

„In der Enge<sup>1</sup> hat freie Bahn gefunden der hochweise, der Buddha,  
der die geistige Versenkung erdachte,  
der Weise, der Held unter den Demütigen.“

Der Erhabene antwortete ihm:

„Und doch finden auch in der Enge den Zustand des erreichten Nirvana  
die da die Besonnenheit erlangt haben: sie sind vollkommen wohl gesammelten  
Geistes.“ (S 2,7; Übersetzung W. Geiger).

Die umfassende Bedeutung dieses kurzen Gesprächs wird etwas klarer, wenn wir uns an  
anderer Stelle Ānandas Würdigung der einzigartigen Erkenntnis des Buddha anschauen:

„Wunderbar ist es, Brüder, ... wie da der Erhabene, ... inmitten der Bedrängnis<sup>1</sup> den  
Ausweg erkannt hat, zur Läuterung der Wesen, zur Überwindung von Sorge und  
Klage, zur Aufhebung von Schmerz und Trübsal, zur Gewinnung des rechten Weges  
und zur Verwirklichung des *Nibbāna*.“  
(A IX,37; Übersetzungen aus dem *Anguttara-Nikāya* von Nyanatiloka).

In der Rede A IX,42 erhalten wir eine weitere Erklärung zum Vers des Göttersohnes  
Pañcālacanda, den der ehrwürdige Udāyi zitiert und dann seinen Bruder Ānanda fragt:

„Was hat hierbei der Erhabene als Bedrängnis bezeichnet und was als Ausweg aus  
der Bedrängnis?“  
„Die fünf Sinnendinge, Bruder, hat der Erhabene als Bedrängnis bezeichnet: die  
Formen, die Töne, die Düfte, die Säfte, die Körperindrücke, die begehrten,  
lieblichen, angenehmen, teuren, sinnlichen, reizenden.“

Anschließend erklärt Ānanda mit der Übung der 8 Vertiefungen (*jhāna*), wie der Buddha  
sie gelehrt hatte, den stufenweisen Ausweg aus der Bedrängnis und schließt:

„Nach völliger Überwindung der Grenzscheide der Wahrnehmung gewinnt der Mönch  
die Erlöschung von Wahrnehmung und Gefühl; und, weise erkennend, gelangen in  
ihm die Triebe zur Versiegung. Insofern hat der Erhabene einen Ausweg aus der  
Bedrängnis gelehrt, und zwar in jeder Hinsicht.“

(1) Hier werden einzig die *Jhānas* als Weg zur Triebversiegung genannt!

(2) Pañcālacanda sagt in seinem Vers, dass der Buddha die geistige Versenkung  
erdachte, und der Buddha widerspricht ihm nicht.

(3) Der Buddha verspricht in seiner Antwort, dass alle, die Besonnenheit (*sati*) erlangen  
und ihren Geist vollkommen sammeln, den Zustand des *Nibbāna* erreichen können. Der  
Ausweg aus der Bedrängnis der Sinnentätigkeit und schließlich aus der feinsten  
Bedrängnis der reinen Wahrnehmung steht jedem Besonnenen offen!

(4) Mit der vollkommenen Sammlung (*samādhi*) kann nur die 4. Schauung gemeint sein  
oder die formfreien Felder, die sich aus der 4. Vertiefung entfalten können. In anderen  
Lehrreden nennt der Erwachte insbesondere die 4. Vertiefung, die den Zugang zu den 3  
Wissen ermöglicht. Die rechte Sammlung (*samma-samādhi*) ist der Höhepunkt des

<sup>1</sup> Sambādha bedeutet Enge, Beklemmung, Bedrängnis.

achtfältigen Pfads, des Übungswegs, der zum höchsten Wissen führt. In diesem kurzen Gespräch zwischen dem *devaputta* und dem Buddha ist damit bereits der gesamte Übungsweg der Lehre enthalten.

Die Lehre der *Jhānas* ist offenbar ein Alleinstellungsmerkmal der Buddha-Lehre. Diese Tatsache wird in den Lehrreden deutlich, in denen der Erwachte seinen beschwerlichen Weg zur Erlösung schildert (M 26, M 36 u.a).

Als der Sakyer-Prinz Siddhattha erkannt hatte, dass er den Weg zur Überwindung des Leidens nur als hausloser Bettelmönch ohne formelle Bindungen an die weltlichen Angelegenheiten finden konnte, suchte er zunächst die beiden bekanntesten Lehrer seiner Zeit auf. Bei dem ersten, Ālāra Kālāma, lernte er die Lehre der Nichtetwasheit kennen, doch sie führte nicht zur Abkehr, nicht zur Durchschauung, nicht zur Erwachung. Beim zweiten Lehrer, Uddaka Rāmaputta, erlangte der *Bodhisatta* die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, doch er fand auch diese Lehre ungenügend.

Er wanderte weiter auf seiner Suche von Ort zu Ort, bis er bei Uruvelā zu einem entzückenden Fleck Erde kam, um sich der Askese zu widmen.

**Zusammenfassung M 36** [Zitate überwiegend in der Übersetzung von KEN]:

(1) Anlass: Überwindung des Leidens.

(2) Hauslosigkeit.

(3) Bei den Lehrern Ālāra und Uddaka.

(4) Wanderung im Magadhā-Land von Ort zu Ort bis in die Nähe der Burg Uruvelā. Dort fand er einen entzückenden Fleck Erde: „Das genügt zur Askese.“

(5) Drei Gleichnisse vom Holzsplitter: Entwöhnung des Körpers und der Wünsche (*kāma*) und Austreibung des Wunschwillens (*kāma-chandha*).

(6) Auch mit der höchsten Schmerzaskese ist die Wissensklarheit der Erwachung nicht zu erreichen. Die entstandenen Wehgefühle konnten seinen Körper nicht beruhigen und den Geist (*citta*) nicht fesseln.

(7) Erinnerung an die selige Heiterkeit (*pīti-sukha*) der ersten Schauung, die er als junger Mensch im Schatten eines Rosenapfelbaumes erlebte: „Das könnte der Weg zur Erwachung sein.“ [Die Entdeckung der *Jhānas*!] – Danach der Gedanke: „Nein, ich fürchte jenes Glück (*sukha*) nicht, jenes Glück jenseits der Wünsche, jenseits des Schlechten“.<sup>2</sup>

(8) Beendigung der Nahrungsaskese.

(9) Verwirklichung der 4 Schauungen; jedesmal mit dem Abschluss: „Und das solcherart in mir entstandene Wohlgefühl konnte meinen Geist nicht fesseln.“

(10) Verwirklichung der 3 Wissen; jedesmal mit dem Abschluss: „Und das solcherart in mir entstandene Wohlgefühl konnte meinen Geist nicht fesseln.“ (*cittam pariyādāya thassati*)<sup>3</sup>

---

2 Diese Aussage ist aus heutiger, westlicher Sicht eigenartig, aber derzeit war in Indien die Ansicht verbreitet, dass Erlösung nur über das geduldige Ertragen jeglichen Leids (*Wehe*; *dukkha*) zu erlangen sei.

3 Diese Formel wiederholt der Buddha vielfach in seiner Schilderung. Aber meint nicht das Gemüt (*ceto*), wie KEN übersetzt, sondern *citta*, das uns hier in seiner komplexen Bedeutung begegnet: einerseits als ‚Herz‘, in dem die Triebe nach angenehmen Gefühlen lauern und andererseits als ‚Geist‘, der auf Erfahrungen aus ist, über die er nachdenken kann (*citta* = das Denkende). Das Gemüt des *Bodhisatta* ist seit langer Zeit auf Erwachen eingestellt und braucht hier nicht erwähnt zu werden.

Nun kommt die Frage auf: Was genau hat der *Bodhisatta* bei Ālāra und Uddaka gelernt? – Offensichtlich nicht den stufenweisen Übungsablauf der *Jhānas*, den er erst jetzt, einige Zeit später entdeckte. Um die Nichtetwasheit und die Grenzscheide (7. und 8. Vertiefung) zu erlangen, hätte er die davorliegenden Vertiefungen durchlaufen müssen, wie er es später selbst gelehrt hat.

Hellmuth Hecker<sup>4</sup> vermutet, dass der *Bodhisatta* „die Schauungsebene damals nur unbewusst geistig durchschritt, aber die Nichtetwasheit und die Grenzscheide leibhaftig erfuhr“, womit er die Lehre dieser beiden Lehrer erfüllte.

Ajahn Brahm schreibt dazu, dass Ālāra und Uddaka nur die verwässerten Reste der *Jhāna*-Lehre des vormaligen Buddha Kassapa aufzeigen konnten, da das Wissen um diese Erfahrung in Indien vollständig erloschen war.<sup>5</sup>

Es ist denkbar, dass der *Bodhisatta*, der bereits über außergewöhnliche Geisteskräfte verfügte, diese feinsten Vertiefungen durch reine Konzentration seines Willens erreichte, denn derlei Übungen waren bereits im vorbuddhistischen Indien seit langem bekannt. Sie führten aber nicht zur Abkehr, Durchschauung und Erlösung, denn der *Bodhisatta* hatte seinen Wunschwillen (*kāma-chanda*) noch nicht ausgetrieben. Erst danach war es ihm möglich, die *Jhānas* als stufenweisen Ausweg zu entfalten, denn die – auf jeder Stufe – entstandenen Wohlgefühle vermochten seinen Geist nicht zu fesseln. Er konnte absichtslos an den Gefühlen entlangschauen (*anupassī*) und so auch diese feine Bedrängnis durch die Wohlgefühle der Schauungen Schritt für Schritt auflösen.

Auf diese Weise erlangte der *Bodhisatta* den vollkommenen Gleichmut der 4. Schauung, da er die Wehgefühle weit hinter sich gelassen und sich auch die feinsten, besten erlebbaren Wohlgefühle der Schauungen nicht angeeignet hatte.

Der vollkommen geeinte Geist des 4. *jhāna* ist von einzigartiger Klarheit, ist geschmeidig und lenkbar. So richtete der *Bodhisatta* den Geist (1) auf die Erinnerung früherer Daseinsformen, dann (2) auf die Einsicht in das Entstehen und Vergehen der Wesen und schließlich (3) auf die Erkenntnis der Wahnversiegung: die vollkommene Durchschauung der vier Heilswahrheiten (*sacca*), das Erlösungswissen. Und auch das Erleben der 3 Wissen (*tevijja*) konnte seinen Geist nicht fesseln. So erkannte er im vollkommenen Gleichmut die Versiegung der Triebe.

Damit beendete der *Bodhisatta* (das Erwachenswesen) seinen einzigartigen Weg, auf dem er sich im Laufe unzähliger Inkarnationen in vielen Weltzeitaltern auf den Moment des Erwachens vorbereitet hatte. Gleichzeitig wurde mit der Kulmination dieses Weges in den Schauungen die Grundlage für die Lehre des Buddha gelegt. Der Buddha hat als erster den Weg zum vollkommenen Erwachen in einer Weise verwirklicht, die sich zur Belehrung vieler anderer Wesen eignet.<sup>6</sup>

Möge jeder seinen Nutzen daraus ziehen!

RMG 4/2023 im Rückblick auf ein Gespräch im Kieler *Sangha* am 14.04.2023.

---

4 Hellmuth Hecker: Der Heilsweg des Erwachten, Seite 363.

5 Ajahn Brahm: Im stillen Meer des Glücks. Ausführlich zu den *Jhānas* ab Seite 177.

6 Abgesehen von der Lehrtätigkeit früherer Buddhas, der Vorgänger Gotamos.

## Zweiter Teil: Schritte zur Erlösung in weiteren Lehrreden

### M 85 [ähnlich M 36]

- (1) Anlass: Um Wehe läßt sich Wohl gewinnen.
- (2) Hauslosigkeit.
- (3) Bei den Lehrern Ālāra und Uddaka.
- (4) Askese bei Uruvelā:
- (5) 3 Gleichnisse vom Holzscheit.
- (6) Auch mit der höchsten Schmerzaskese ist die Wissensklarheit der Erwachung nicht zu erreichen.
- (7) Erinnerung an die selige Heiterkeit (*pīti-sukha*) der ersten Schauung, die er als junger Mensch im Schatten eines Rosenapfelbaumes erlebte: „Das könnte der Weg zur Erwachung sein.“ [Die Entdeckung der *Jhānas*!] – Danach der Gedanke: „Nein, ich fürchte jenes Glück (*sukha*) nicht, jenes Glück jenseits der Wünsche, jenseits des Schlechten“.
- (8) Beendigung der Nahrungsaskese.
- (9) Verwirklichung der 4 Schauungen.
- (10) Verwirklichung der 3 Wissen in den ersten, mittleren und letzten Stunden der Nacht.
- (11) Brahmā Sahampati drängt den Erwachten zu lehren: „Wesen edlerer Art werden die Lehre verstehen“.

### M 26

- (1) Anlass für die Suche nach der unvergleichlichen Sicherheit der Wahnerlöschung: das Elend des Naturgesetzes des Leidens: Der Geburt, dem Altern, der Krankheit, dem Sterben, dem Schmerz, dem Schmutz unterworfen.
- (2) Hauslosigkeit.
- (3) Bei den Lehrern Ālāra und Uddaka.
- (4) Askese bei Uruvelā [nicht ausgeführt].
- (5) Wahnerlöschung durch Erkenntnis des Naturgesetzes (d.i. die bedingte Entstehung).
- (6) Brahmā Sahampati drängt den Erwachten zu lehren: „Es werden sich Verständige finden“.

### M 19

- (1) Anlass: Zweierlei Erwägungen (*vitakka*):  
Begehren (*kāma*) – Entsagen (*nekkhamma*), Schaden (*byāpāda*) – Nichtschaden (*abyāpāda*), Wüten (*vihimsā*) – Nichtwüten (*avihimsā*) [KEN].  
= falsche und rechte Gesinnungen
- (2) „Was da ein Mönch lange erwägt und überlegt, dahin neigt sich der Sinn.“
- (3) Entschlossene Achtsamkeit.
- (4) 4 Schauungen.
- (5) 3 Wissen.
- (6) Der sichere Weg ist der achtfältige Pfad.

### M 4

- (1) Anlass: Überwindung der Furcht in der Waldeinsamkeit.
- (2) Läuterung der Taten, der Worte, der Gedanken, des Wesens.
- (3) Überwindung der 5 Hemmungen und weiterer Herzenstrübungen.
- (4) Standhaft in der Begegnung mit Angst und Furcht.
- (5) 4 Schauungen.
- (6) 3 Wissen in den ersten, mittleren und letzten Stunden der Nacht.
- (7) Zwei Gründe gibt es für den Vollendeten, die Waldeinsamkeit aufzusuchen: sein eigenes Wohlbefinden und Mitgefühl mit seinen Nachfolgern.

In diesen fünf Reden der Mittleren Sammlung schildert der Buddha seine letzten Schritte zur Erwachung in unterschiedlichen Versionen. Welche Fassung ist nun die richtige? – Ich behaupte mal: alle! Denn ein Buddha kann nicht lügen – aber er kann (muss?) manches in einer Erklärung auslassen, damit seine Worte verständlich bleiben.

In den Reden wird der Zeitverlauf seiner Suche nur indirekt erwähnt: z.B. der letzte Abschnitt der Wanderung: Er wanderte im Magadhā-Land von Ort zu Ort bis zu dem lieblichen Fleck Erde bei Uruvelā, an dem er sein Werk zum guten Ende bringen wollte. Insgesamt dauerten seine Suche, die Wanderungen und Mühen fast sieben Jahre.<sup>7</sup> In dieser Zeit wird der *Bodhisatta* stets das Augenmerk auf sein Ziel gerichtet haben: den Leidenskreislauf zu durchbrechen. Daher können wir davon ausgehen, dass er bereits während seiner Wanderungen, insbesondere in den letzten Wochen seiner Suche, tiefgehende Erkenntnisse gewann. Ein Beispiel dafür ist der Anlass für die Rede M 19: Der *Bodhisatta* fand sicherlich schon vor seiner Erwachung ein System, um Ordnung in seine Erwägungen zu bringen: er unterschied Heilsames von Unheilsamen und etablierte die 3 rechten Gesinnungen (*sammā-sankappa*; Gemütseinstellungen) in seinem Geist.

Der Anlass für die Rede M 26 liegt noch früher, am Beginn der Suche. Denn der unverhüllte Anblick des menschlichen Leidens brachte den *Bodhisatta* auf seinen Weg. Seitdem war der feste Entschluss, den Leidenskreislauf zu überwinden, geweckt und damit ein Anlass für die Darlegung der Erwachung.

Die Furcht vor der Waldeinsamkeit, Anlass der Rede M 4, hatte der *Bodhisatta* sicherlich ebenfalls vor den Erwachungstagen abgelegt, denn es ist sehr wahrscheinlich, dass er auf seiner Pilgerreise gelegentlich auch in einen dunklen Wald geriet und die Gelegenheit nutzte, um sämtliche Ängste auszutreiben.

Die unterschiedlichen Erfahrungen, die der Buddha in den Lehrreden jeweils zum Anlass nimmt, um sein Erwachen zu schildern, sind sicherlich Teil der Entwicklung während der sieben Asketenjahre. Der Buddha schildert weitere Erfahrungen und Entdeckungen, die er vor seinem Erwachen gemacht hatte in folgenden Reden.<sup>8</sup>

A III,39a Noch im Wohllieben im Palast: Überwindung des Jugend-, Gesundheits- und Lebensrauschs.

A III,104-105 Der Welt Genuss, ihr Elend, die Entrinnung.

A V,68 Die 4 Machtfährten und Ausdauer.

A V,196 Kurz vor der vollkommenen Erleuchtung in der vorletzten Nacht: 5 Traumbilder.

A VII,47 Befreiung von 7 Geschlechtsfesseln.

A VIII,11 Vollendet die Willenskraft, ungebrochen die Achtsamkeit, der Geist geeint  
→ 4 Schauungen → 3 Wissen.

A VIII,64 Der 8fache göttliche Erkenntnisblick.

A IX,41 Erwägungen des Übels und des Segens; 9 stufenweise Erreichungszustände;  
Erlöschen von Wahrnehmung und Gefühl.

M 14 Unbefriedigend sind die Begierden, das Elend überwiegt.

M 75 Überwindung der 5 Begehungen.

M 128 Die 11 Trübungen der Zugangssammlung.

S 12,10/65 Bedingte Entstehung von Alter und Tod.

S 14,31 Gründliche Erwägung der 4 großen Gewordenheiten.

S 22,26-27 Gründliche Erwägung der 5 Gruppen des Anhangens.

S 35,13-16 Gründliche Erwägung der 6 Innen- und Außengebiete.

S 35,117 Gründliche Erwägung der Sinnenwunschstränge (*kāma-guna*).

S 51,11/21 Die 4 Machtfährten.

RMG 4/2023

<sup>7</sup> Hellmuth Hecker: Das Leben des Buddha, Seite 142.

<sup>8</sup> Einige davon ausführlich bei H. Hecker: Das Leben des Buddha, Seite 111ff.